

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma

Riitta Myllylahti – Riikka Vauhkonen

VAUVAN JA VANHEMMAN VARHAINEN VUOROVAIKUTUSSUHDE

”Rakasta minut vahvaksi” -opas

Opinnäytetyö 2010

TIIVISTELMÄ

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma

MYLLYLAHTI, RIITTA

VAUHKONEN, RIIKKA

Opinnäytetyö

Työn ohjaaja

Toimeksiantaja

Huhtikuu 2010

Avainsanat

Vauvan ja vanhemman varhainen vuorovaikutussuhde

58 sivua + 19 liitesivua

Lehtori Heli Paaso

Mäyränkorven neuvola

vanhemmuus, vauvan temperamentti, varhainen vuorovaikutussuhde, kiintymyssuhde, vauvan stressi

Tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä on tehty Rakasta minut vahvaksi -opas vauvan ja vanhemman varhaisesta vuorovaikutussuhteesta Kuusankosken Mäyränkorven neuvolan asiakkaille ja henkilökunnalle. Opas on selkokielineen ja helppolukuinen, jotta asiaan perehtymätön lukija ymmärtää vuorovaikutussuhteen merkityksen sekä sen, miten siihen voi itse vaikuttaa. Oppaan tavoitteena on innostaa vanhempi lukemaan asiasta lisää. Opas on tehty vanhemman ja työntekijän välisen keskustelun pohjaksi. Oppaan toivotaan lisäävän lasten ja perheiden hyvinvointia sekä neuvolatyön vaikuttavuutta.

Opas on laadittu teorialiedon pohjalta. Oppaassa puhutaan vanhemmuuteen kasvamisesta ja niistä asioista, jotka voivat vaikuttaa vauvan ja vanhemman vuorovaikutussuhteen kehittymiseen. Siinä kerrotaan vanhemman antaman hoivan vaikutuksista sekä siitä, miten vauvan oma temperamentti vaikuttaa vanhemman antamaan huolenpitoon. Vauvan ja vanhemman väliselle kiintymyssuhteen muodostumiselle on vauvan temperamentin lisäksi ensiarvoisen tärkeää vanhemman kyky poistaa vauvan stressiä. Oppaassa on myös lähdekirjallisuusluettelo, joka johdattaa lukijan lisätiedon pariin.

Toiminnallisen opinnäytetyön teoriaosuuden kirjoittaminen antoi eväät oppaan tekeen. Varhaista vuorovaikutussuhdetta ja sen merkitystä ei voi liiaksi korostaa, sillä pienellä teolla voi olla suuri merkitys lapsen kasvuun ja kehitykseen.

ABSTRACT

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

University of Applied Sciences

Social Care

MYLLYLAHTI, RIITTA

VAUHKONEN, RIIKKA

Bachelor's Thesis

Supervisor

Commissioned by

April 2010

Keywords

The Early Infant-Parent Interaction

58 pages + 19 pages of appendices

Heli Paaso, Senior Lecturer

Child health centre of Mäyränkorpi

parenthood, infant's temperament, early infant-parent interaction, attachment theory, infant's stress

Love me strong -guide book was the outcome of this study. The guide book tells about the early infant-parent interaction and it was made for the customers and the employees of the Mäyränkorpi child health centre in Kuusankoski. The guide is easy-to read and clear, so even a reader who is not familiar with the subject can understand the importance of the relationship based on interaction and individuals' possibilities to interact. The aim of the guide is to encourage parents to read more about the topic. The guide was made to be the basis of the conversation between the parent and the employee. It is to be hoped that the guide will improve the well-being of the children and their families as well as to enhance the impact on the work done at the child health centers.

The guide is written on the basis of the theory. It deals with growing up to be a parent and what issues can affect the development of the interaction between the infant and the parent. The guide book tells about effects of nurturing and how the infant's temperament affects the care given by the parent. The early infant-parent interact also consists of the parent's ability to reduce the infant's stress. A list of additional literature is enclosed to invite the reader to read more of the subject.

Writing the theory-part of the functional study gave tools to make the guide. It cannot be highlighted enough how important the early relationships are on a child's development. Small details can have a great impact.

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	6
2	VALMISTAUTUMINEN VANHEMMUUTEEN	7
2.1	Vanhempien kuvitelmat syntyvästä lapsesta	7
2.2	Äitiyden haasteet	8
2.3	Äidin kielteiset tunteet	9
2.4	Synnytysmasennus ja sen vaikutuksia lapseen	9
2.5	Äidin sensitiivisyys vuorovaikutussuhteessa	11
2.6	Isäksi syntyminen	12
2.7	Riittävän hyvä vanhemmuus	14
3	TEMPERAMENTTI	15
3.1	Lapsen temperamentti	15
3.2	Ympäristön ja temperamentin yhteensopivuus	19
3.3	Temperamentin merkitys lapsen ja vanhemman vuorovaikutuksessa	20
3.4	Lapsen temperamentin ja vanhempien persoonallisuuden vaikutus toisiinsa	21
4	LAPSEN KIINTYMYSKÄYTTÄYTYMISEN ETENEMINEN	22
4.1	Kiintymyssuhde ja sen tehtävät	23
4.1.1	Ilmeiden merkitys	24
4.1.2	Sisäinen työskentelymalli kiintymyssuhteessa	26
4.1.3	Turvapesä lapsen sisäisenä säätelyjärjestelmänä	26
4.1.4	Yhteinen huomionkohde tarkkaavuuden perustana	27
4.1.5	Sosiaalinen viittaus	28
4.2	Lapsen aivojen kehitys vuorovaikutussuhteessa	29
4.3	Kognitiivisten taitojen kehitys vuorovaikutussuhteessa	32
4.4	Muistijärjestelmien kehittyminen	33

5	STRESSIN VAIKUTUS LAPSEN KEHITYKSEEN JA VANHEMMUUTEEN	34
5.1	Vauvan stressi	35
5.2	Varhaisen hoivan vaikutus stressiin	35
5.3	Kortisolin ja stressin seuraukset	38
5.4	Vauvan emotionaalisuus ja stressiherkkyys	40
5.5	Vanhemman stressin ja lapsen temperamentin vaikutukset toisiinsa	40
6	KIINTYMYSSUHTTEEN VAKIINTUMINEN	41
6.1	Kiintymysmallit	41
6.1.1	Turvallinen kiintyminen	42
6.1.2	Välittelevä kiintyminen	43
6.1.3	Ristiriitainen kiintyminen	44
6.1.4	Jäsentymätön kiintyminen	45
6.2	Lapsen tiedonkäsittelytyylit	45
6.3	Kiintymystyyli ja temperamentti	46
6.4	Vanhempien kiintymysmallit ja niiden yhteys lapsen temperamenttiin	47
6.5	Kiintymyssuhteen merkitys myöhemmässä elämässä	49
7	”RAKASTA MINUT VAHVAKSI” -OPPAAN TEKEMINEN	50
7.1	Oppaan suunnittelu	50
7.2	Oppaan sisällön toteutus	51
7.3	Oppaan arviointi	52
8	POHDINTA	53
	LÄHTEET	

1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme tavoitteena oli laatia opas vauvan ja vanhemman varhaisesta vuorovaikutussuhteesta. Oppaan tavoitteena on herättää vanhemmissa kiinnostusta vuorovaikutussuhteen merkityksestä vauvan kehitykselle. Selkeä, innostava ja ajatuksia herättävä opas antaa vanhemmalle pohtimisen aihetta. Oppaan avulla toivomme vanhemman ymmärtävän vauvan temperamentin, stressinsietokyvyn sekä ympäristön ja kasvatuksen yhteyden. Toivomme oppaan lisäävän sosiaalialan ja neuvolatyön vaikutavuutta sekä perheiden hyvinvointia.

Olemme huomanneet työssämme niin varhaiskasvatuksessa kuin lastensuojelussa vauvan ja vanhemman välisen varhaisen vuorovaikutussuhteen tärkeyden. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisilla on tietoa aiheesta, mutta työväline keskustelun tueksi puuttuu. Opinnäytetyömme on toiminnallinen työ, johon kuuluu ”Rakasta minut vahvaksi”-opas. Se käsittelee vanhemman ja vauvan välisen vuorovaikutuksen merkitystä vauvan kehitykseen kiintymyssuhdeteorian pohjalta. Opinnäytetyön yhteistyötaho on Mäyränkorven neuvola Kuusankoskella. Opas on tarkoitettu vanhemmille ja kasvattajille sekä kaikille aiheesta kiinnostuneille.

Vanhemman ja vauvan välisellä vuorovaikutuksella varhaislapsuudessa on todettu olevan suuri merkitys lapsen kasvuun ja kehitykselle. Kiintymyssuhdeteorian mukaan pienempi kiinnittyy isompaan ja tämä johtaa vauvan ja vanhemman väliseen psykologiseen liittoon. Kiintymyssuhde on sisäinen säätelyjärjestelmä, joka syntyy vanhemman ja vauvan varhaisessa vuorovaikutuksessa vauvan ensimmäisen ikävuoden loppuun mennessä. Vanhemman ajallisesti riittävä läsnäolo on edellytyksenä lapsen kiinnittymiselle aikuisen. Hyvä perusturvallisuus heijastuu myöhemmin lapsen elämässä mm. itsetuntoon, minäkuvaan, empatiankykyyn ja ihmissuhteisiin, sekä kykyyn luoda omaa tulevaisuutta. (Lyytinen, Eklund & Laakso 1995, 61; Salo 2006, 44 – 45.)

Vauvan aivot ovat kehittyneet rakenteellisesti jo raskausaikana, mutta toiminnallinen kehitys jatkuu vuorovaikutussuhteessa häntä hoivaavan aikuisen kanssa. Vauvan temperamentin ja ympäristön yhteensopimattomuus voivat aiheuttaa vauvalle stressiä. Stressi puolestaan vaikuttaa vauvan kykyyn oppia ja omaksua uusia asioita. (Keltikangas-Järvinen 2004, 144; Gerhardt 2007, 80.)

2 VALMISTAUTUMINEN VANHEMMUUTEEN

Yksi elämän keskeisistä siirtymävaiheista liittyy vanhemmuuteen ja raskaus koetaan yleensä elämänmyönteisenä vaiheena. Psykkiset muutokset seuraavat fyysisiä muutoksia, ja naisen identiteetti muuttuu. Raskaus antaa naiselle valmiuden lapsen tunneperäiseen vastaanottamiseen ja sidos lapseen syntyy ja kehittyy samalla, kun nainen käy läpi omaa psykologista kehittymistään. Raskausaikana nainen on hauras ja haavoittuva, mikä luo mahdollisuuden omalle kasvuille ja kypsymiselle silloin, kun nainen uskaltautuu tutkimaan sisintään. (Brodén 2006, 17 – 18, 23.)

2.1 Vanhempien kuvitelmat syntyvästä lapsesta

Vanhemmat luovat mielessään jo kauan ennen lapsen syntymää lapsesta mielikuvan, joka on heidän ajatuksissaan, tunteissaan ja mielikuvituksessaan. Näin he valmistautuvat henkisesti uuteen tilanteeseen, jonka syntyvä lapsi tuo tullessaan. Kuvittelemalla ja haaveilemalla vanhemmilla on mahdollisuus tehdä todellisemmaksi omia tunteitaan ja odotusaikaansa. Kuvitelmat auttavat myös herättämään tunteet lasta kohtaan, sillä tunteiden löytyminen on tärkeä osa raskausajan kehitystehtävässä. Herkkyyden kehittyminen vaikuttaa vanhempien kiintymiseen ja kiinnittymiseen lapseen niin raskausaikana kuin syntymän jälkeenkin. (Brodén 2006, 77 – 78.)

Vanhempien omat aikaisemmat aistihavainnot, tiedostamattomat ajatukset, tunteet sekä lapsuuden kokemukset vaikuttavat siihen, millaiseksi vanhemmat kuvittelevat syntyvän lapsensa. Molemmat vanhemmat kantavat mukanaan vanhemmuuden mallia omasta lapsuudestaan. On tärkeää tiedostaa omilta vanhemmilta peritty käyttäytymismalli ja pohtia sen merkitystä ja vaikutusta omaan vanhemmuuteen, jotta voi luoda turvallisen suhteen omaan lapseensa. (Brodén 2006, 17 – 18, 49, 82.)

Raskauden aikana nainen pohtii äidillisyyttään ja mielikuvat itsestä monimutkaistuvat. Hän tarkastelee mielessään ajatuksia, joita hänellä on itsestä naisena, omasta identiteetistä sekä siitä, millaiseksi äidiksi hän itsensä kuvittelee. Samalla ajatus odotetusta lapsesta kehittyy äidin mielessä. Missä vaiheessa odotusta mielikuva lapsesta ilmaantuu, riippuu siitä, millainen tunneperäinen sitoutuminen äidillä on raskauteensa ja lapsensa sekä kuinka varhain hän on päässyt irti ristiriitaisista tunteistaan raskauttaan kohtaan. Sen lisäksi, että vatsassa oleva lapsi muovaa mielikuvan kehittymistä, naisen

kuvitelmat omasta miehestään kumppanina, isänä ja ihmisenä vaikuttavat myös hänen ajatuksiinsa lapsestaan. (Brodén 2006, 49, 82.)

Sinkkosen (2001, 20) mukaan viimeaikaisissa äiti-lapsitutkimuksissa on huomattu, miten suuri merkitys äidin mielikuvilla lapsestaan on äidin ja lapsen vuorovaikutuksen syntymiselle. Äiti antaa lapselleen minuuden juuri omien kuvitelmiensa kautta. Lapsi omaksuu ja hyväksyy kyseenalaistamatta sen, mitä äiti kuvittelee mielessään lapseltaan.

2.2 Äitiyden haasteet

Äidin elämä muuttuu konkreettisesti lapsen synnyttyä. Hänen on huolehdittava vastasyntyneestä vauvasta, pidettävä hänet hengissä ja ymmärrettävä lapsen sanattomia viestejä. Nainen keskittyy itsensä lisäksi parisuhteeseen ja lapseen. Äidin vuorovaikutus vauvan kanssa etenee suhteen kehittämiseen, ja äiti opettelee tuntemaan elämäänsä ilmestynyttä uutta ihmistä. (Brodén 2006, 28.)

Sinkkonen (1998, 61 – 62) kirjoittaa äitiyden olemuksesta. Nainen kokee äidiksi tullessaan monia haasteita. Ensimmäinen ja samalla tärkein haaste naiselle äitiyteen liittyen on ajatus, kuinka onnistun pitämään vauvan hengissä (saako vauva tarpeeksi ruokaa tai hengittääkö vauva). Tätä nimitetään elämän ylläpitämisen teemaksi (lifegrowth theme). Toinen äitiyden haaste on äidin kyky varhaiseen suhteessa olemiseen (primary relatedness theme) vauvan kanssa. Vauvan on täysin riippuvainen äidistään, jolloin äiti joutuu laittamaan elämänsä asiat tärkeysjärjestykseen. Äiti kannattelee psyykkisesti lastaan ja saattaakin miettiä, osaako hän rakastaa lasta oikealla tavalla.

Kolmantena haasteena äidille on sellaisen tukiverkoston muodostaminen, että äiti osaa suoriutua kahdesta ensimmäisestä haasteesta. Tässä vaiheessa läsnä oleva ja naista tukeva mies on arvokas apu. Kuitenkin tärkeitä ovat myös äidin oma äiti ja ystävät, jotka ovat itsekin äitejä. Neljäs äitiyden olemuksen teema on jo aiemminkin mainittu naisen identiteetin uudelleenorganisointuminen (identity reorganization theme). Esikoinen syntyessä nainen muuttuu naisesta äidiksi, oli hän siihen valmis tai ei. Vain nainen itse pystyy päättämään omista valinnoistaan ja päätöksistään valmistautuessaan äitiyden rooliin ja mukana tuomiin haasteisiin. (Sinkkonen 1998, 62 – 63.)

2.3 Äidin kielteiset tunteet

Raskaana olevan naisen psyykkinen hyvinvointi vaikuttaa ratkaisevasti hänen asenteeseensa odotettuun lapseen, sopeutumiseen raskauteensa ja synnytykseen sekä siihen, millaiseksi hänen suhteensa lapseen kehittyy ensimmäisen vuoden aikana. Joskus nainen voi raskausaikanaan voida huonosti ja tunteiden ilmaiseminen voi olla vaikeaa. Mielessä on ehkä omia huolia, jolloin äitiys ja lapsi ovat kaukainen ajatus eikä sidosta lapseen kehity. Nainen voi myös toivoa, että joku huomaisi hänen vointinsa ja tarjoaisi apua. (Brodén 2006, 17 – 18, 23 – 28.)

Synnytyksen jälkeen äiti voi yllättyä kielteisinä pidetyistä tunteistaan kuten raivosta, inhosta, välinpitämättömyydestä, häpeästä, syyllisyydestä, riittämättömyydestä tai pelosta. Näistä tunteista puhuminen voi olla vaikeaa paheksunnan pelossa. Äiti saattaa pahentaa ongelmia ja pitkittää avun hakemista ja saamista vaikenemalla näistä tunteista tai omasta kuvittelusta poikkeavuudestaan. Kielteiset tunteet ovat osittain oireita siitä, että yksin äidille jäänyt vastuu ja kasvattamisen taakka ovat käyneet liian suureksi. Kun äiti hyväksyy ja hallitsee vihan ja rakkauden yhtäaikaisen olemassaolon, hän pystyy ymmärtämään omia tunteitaan ja lapsen käytöstä. Hallitsemattomana kielteiset tunteet ovat huolestuttavia silloin, kun positiivisiksi koetut vastatunteet kuten rakkaus, kiitollisuus ja ilo eivät ole lieventämässä vihan tai ahdistuksen tunnetta. (Janhunen & Oulasmaa 2008, 6; Parker 1997, 21.)

2.4 Synnytysmasennus ja sen vaikutuksia lapseen

Tunneherkkyys vastasyntyntä kohtaan on ratkaiseva tekijä varhaisessa kiintymyksessä, ja herkkyys auttaa äitiä tulkitsemaan lapsensa tarpeita. Suurin osa äideistä kokee herkistymisen synnytyksen yhteydessä, ja tämä niin sanottu ”baby blues” on voimakkaimmillaan 3 – 5 päivää synnytyksen jälkeen. Itkuherkkyys, epävarmuus, mielialan vaihtelut, ruokahaluttomuus ja unihäiriöt ovat tyypillisiä oireita. Vajaalla viidesosalla äideistä herkkyystila kuitenkin pitkittyy synnytyksen jälkeiseksi masennukseksi. Masennus saattaa jäädä tunnistamatta, mutta monesti äidit pyrkivät syyllisyyttä tuntien myös salaamaan oman jaksamattomuutensa. Hoitamattomana synnytyksen jälkeinen masennus vaikuttaa ajan mittaan lapsen kehitykseen sekä äidin ja lapsen suhteeseen. (Cacciatore 2008, 57 – 58.)

Jos äidillä on raskausaikana masennusta tai ahdistusta, riski sairastua synnytyksen jälkeiseen masennukseen on suurempi kuin sellaisella äidillä, joka ei tunne masennusta odotusaikana. Oireita masennuksesta voivat olla elämänhalun puute, saamattomuus, itkuisuus, väsymys, kireys tai univaikeudet. Vauvan tai kodin hoitaminen ei luonnistu tai kiinnosta ja vuorovaikutus lapsen kanssa on luonnotonta ja ilotonta. Merkinä masennuksesta voidaan pitää myös äidin ajatuksia vihamielisestä ja itsekkästä vauvasta tai vauvasta, joka ei ole kiinnostunut äidistä ollenkaan. (Cacciatore 2008, 59 – 60.)

Vauva tarvitsee läsnä olevaa ja herkkää vanhempaa kehittyäkseen. Jos äiti on masentunut ja hänen omat tunteensa ovat ikään kuin turtuneet, on hänen mahdotonta säädellä tai kannatella lapsen tunteita. Hän ei kykene vastaanottamaan vauvan hienovaraisia vuorovaikutusmerkkejä eikä hän osaa vastata niihin oikea-aikaisesti, jolloin vuoropuhelu äidin ja lapsen välillä jää vähäiseksi tai olemattomaksi. (Brodén 2006, 136.)

Masennus voi muuttaa äidin mielikuvaa vauvasta. Masentuneen äidin ajatukset voivat olla kielteisiä jo ennen syntymää, ja ne vaikuttavat hänen tapaansa kohdata vauva. Tällöin vuorovaikutus ei ole todenperäinen eikä perustu lapsen ominaisuuksiin vaan äidin sisäisen käsityksen muovaamiin kuvitelmiin lapsestaan. Masentunut äiti voi myös aliarvioida vauvansa kyvyn säädellä valvetilaansa, mikä heikentää vauvan taitoa ottaa sosiaalinen kontakti ja pysyä siinä. Jos äidin masennusta ei huomata ja tilanne pitkittyy, voi seurauksena olla lapsen masennus, vetäytyminen tai kiintymyssuhdehäiriö. Myöhemmällä iällä ongelmat näkyvät sopeutumisessa sekä oppimis- ja käytöshäiriöinä. Kun lapsella on muita toimivia vuorovaikutussuhteita, esimerkiksi isä tai isovanhemmat, on mahdollista, ettei lapseen jää ainakaan pysyviä jälkiä äidin masennuksesta. (Brodén 2006, 136; Cacciatore 2008, 60.)

Schulman (2003, 37) kirjoittaa äidin alakulosta vauvan syntymän jälkeen. Joskus äiti saattaa olla niin riippuvainen toisten ihmisten neuvoista ja mielipiteistä, ettei itse mieti tai arvioi oman lapsensa parasta eikä osaa soveltaa neuvoja luovasti ja valikoivasti juuri omalle lapselleen sopivaksi. Tämä voi herättää äidissä ristiriitaisia tunteita ja ahdistusta, sillä hänellä ei ole kykyä toimia uudessa tilanteessa eikä vauvallakaan ole taitoja käsitellä omia varhaisia ahdistuksiaan. Äidin läheisyys ja samalle tunnetasolle virittynyt läsnäolo suojaavat vauvaa, ja näin äiti luo lapselleen psyykkisen suojan. Tuntemattomassa tilanteessa he molemmat kuitenkin ovat ikään kuin ilman tätä psyykkistä ihoa ja suojaa, jolloin äiti voi tuntea vauvan uhkaavan omaa ydintään. Jos

äidin tämän kaltainen haavoittuvuus on voimakasta ja kestää pitkään, hän tarvitsee hoitoa sekä lähimmäistensä tukea.

2.5 Äidin sensitiivisyys vuorovaikutussuhteessa

Vauvan varhaisen kehityksen kannalta äidin sensitiivisyys on keskeisessä roolissa vauvan viestittäessä tarpeistaan. Vauvan ja vanhemman vuorovaikutussuhteessa sensitiivisyydellä tarkoitetaan vauvan viestien tunnistamista ja niihin reagointia, tarpeisiin vastaamista sekä vauvan tunnetilojen ymmärtämistä ja tulkitsemistä. Äiti osaa jutella vauvalle tämän jokellellessa ja ottaa syliin, kun tarve niin vaatii. Vauvan ollessa nälkäinen äiti alkaa syöttää häntä ja vauvan ollessa märkä äiti vaihtaa hänet kuiviin. (Kivijärvi 2003, 252.)

Äiti on fyysisen läsnäolon lisäksi myös psyykkisesti läsnä ja vuorovaikutuksessa vauvan kanssa. Äiti tuo vuorovaikutukseen elementtejä, jotka kokemuksena liittyvät äidin ja vauvan läheisesti yhteen. Äidin äänenpaino ja -sävy, ilmeet ja eleet kertovat äidin aidosta suhtautumisesta ja rakkaudesta vauvaa kohtaan vuorovaikutussuhteessa. Vuorovaikutussuhde on vastavuoroinen vauvan ja vanhemman välillä. Äiti juttelee vauvalle ja antaa vauvan omilla äännähdyksillä vastata ja osallistua tilanteeseen. Vastavuoroisuus ohjaa vauvan psyykkisen ja sosiaalisen kehityksen suunnan. Vauvan oman olemassaolon tunnistamisen perustana on äidillä suuri vaikutus, sillä äidin aito osallisuus, rakkaus ja sitoutuneisuus ovat sen kivijalkana. Minuuden kokemus syntyy huomatuksi tulemisen kautta. (Kivijärvi 2003, 252 – 253.)

Äidin ollessa itse lapsi on hän tietyllä tavalla omaksunut oman äitinsä sensitiivisyyden saamalla äidiltään läheisimmän kokemuksen siitä. Äiti omaksuu oman äitinsä sensitiivisyyden kahdella tapaa. Äiti pystyy tavoittamaan mielikuvan niistä todellisista vuorovaikutustilanteista ja kokemuksista, kun oma äiti on häntä hoitanut tai äiti omaksuu oman äidin kertomukset vuorovaikutuksesta ja sen tuomista tuntemuksista, ja ne vaikuttavat äidin tapaan omaksua äitinä oleminen omalle lapselleen. Äidin sensitiivisyyteen ja sen puutteeseen vaikuttavat äidin omat kokemukset sekä äidin sen hetkinen elämäntilanne. (Kivijärvi 2003, 255.)

Äidin toimiessa vähemmän sensitiivisellä tavalla reagoinnin kohteena on tietysti vauva. Äidin sensitiivisyyden puute saattaa johtaa vauvan negatiiviseen mielialaan ja käyttäytymiseen. Vauvalla saattaa kuitenkin olla monenlaisia tapoja ja keinoja suhtau-

tua äidin vähäiseen sensitiiviseen käytökseen, joten asioita ei liikaa voi yleistää. Vauva saattaa tehdä kaikkensa, jotta äiti huomaisi hänet ja ryhtyisi vuorovaikutukseen hänen kanssaan. Toisaalta vauva saattaa hakea muilta ihmisiltä huomiota ja vuorovaikutusta, jotta saisi niitä edes jostakin. Jos vauva on joutunut olemaan pitkään vuorovaikutussuhteessa, jossa hän ei ole tullut kuulluksi tai juurikaan huomatuksi, kääntyy vauva pois muista ja kohti itseään. Vauvan ei kuulu olla itsenäinen selviytyjä näin varhaisessa kasvun vaiheessa. Vauvan ja vähäisesti sensitiivisen äidin vuorovaikutussuhde on vailla psyykkistä yhteyttä. (Kivijärvi 2003, 254 – 255.)

Jo 6 – 10 kuukauden ikäisen vauvan temperamentti ja äidin käytös antavat viitteitä mahdollisista tulevista ongelmista. Jos äiti on välinpitämätön, vihamielinen tai kykenemätön vastaanottamaan vauvansa lähettämiä viestejä, tästä voi olla seurauksena lapselle käytöshäiriöitä ja aggressiivisuutta. Tilannetta heikentää äidin yksinäisyys sekä tuen puute. Todennäköisesti äidit, joilla itsellään on taustalla perheväkivaltaa, masennusta tai päihteitä, ovat vihamielisiä ja laiminlyöviä vauvaansa kohtaan. Nämä kokemukset vaikuttavat vauvan aivojen rakenteeseen sekä niiden kemiaan. Laiminlyötyjen lasten aivot eivät kehity hyvin ja heidän hermoverkkoihinsa syöpyy odotuksia muiden aggressiivisesta ja vihamielisestä käytöksestä silloinkin, kun syytä tähän ei ole. Lapsen aivojen rakenne ja kemia kehittyvät ympäröivän maailman vaikutuksesta ja niistä kokemuksista, joita lapsi saa. (Gerhardt 2007, 199, 206.)

Ulkopuolisen tuen ja puuttumisen seurauksena lapsi ja äiti saattavat olla torjuvia ja vihamielisiä toisiaan kohtaan. Kokiessaan pikkulapsen hoitamisen vaivalloiseksi ja rasakaaksi helposti turhautuva ja heikosti tunteitaan työstävä vanhempi on ärtyisä ja äkkipikainen. Vanhemmalla ei ole kykyä säädellä omia tai lapsen tunteita ja hänen mielestään hankaluudet johtuvat vain lapsesta tai tämän käytöksestä. Puutteet oman itsehillinnän säätelyssä johtavat osaamattomuuteen ja kyvyttömyyteen auttaa lasta rakentamaan itsehillintää. Lapsella ei ole muuta mahdollisuutta kuin ottaa etäisyyttä vanhempaansa ja jättää omat tunteensa huomiotta. Jos lapsi kaikesta huolimatta yrittää saada vanhemman huomiota, aiheuttaa turha yritys lapsessa ahdistusta. (Gerhardt 2007, 207.)

2.6 Isäksi syntyminen

Raskaus, synnytys ja imetys ovat naiselle fyysistä ja psyykkistä todellisuutta, johon tulevan isän odotetaan ottavan osaa. Isään kohdistuvat paineet ovat monesti ristiriitai-

set, sillä toisaalta odottavalta isältä toivotaan läsnäoloa ja ymmärtämystä ja toisaalta annetaan ymmärtää miehen olevan kömpelö ja turhanpäiväinen. Äitiyttä vaalitaan ja huolletaan, mutta isyys jää usein taka-alalle tässä naisten maailmassa. Isältä kuitenkin odotetaan sitoutumista vanhemmuuteensa sekä vastuunottoa isyydestään. Odotusaika ja synnytys ovat perhetapahtuma, jossa syntyy koko perhe. Kun isä osallistuu tähän tapahtumaan, on hän äidin paras tuki ja turva. (Hirvonen 2002, 10.)

Miehelle raskaus ei ole yhtä todellista kuin naiselle. Jos raskaus tulee yllättäen, se saattaa tuntua jopa ahdistavalta. Voi myös olla niin, ettei nainen osaa arvostaa miehen halua kantaa vastuuta yllätysraskaudesta, ja tämä voi tuntua miehestä loukkaavalta. Joskus toivottukin raskaus saattaa yllättää miehen ja huoli äidin voinnista sekä jaksamisesta, lapsen terveydestä tai keskenmenon ja tulevaisuuden pelko saattaa tuntua raskaalta. Miehellä saattaa olla tärkeää pohtia ajatuksiaan toisten miesten kanssa. (Hirvonen 2002, 13 – 15.)

Nykyään isät ovat oikeutettuja ja toivottuja osallistumaan synnytysvalmennukseen ja synnytykseen. Isä pääsee nauttimaan isyyden tunteesta raskauden jokaisessa vaiheessa ja iloitsemaan äidin kanssa sikiön sydänäänistä ja liikkeistä. Mutta myös miehet kärsivät synnytyspelosta. Isän odotetaan tulevan naisen avuksi ja tueksi mukaan synnytykseen, mutta monesti tiedon, tuen ja käytännön keinoja ei ole annettu riittävästi. Valmistautuminen synnytykseen tukijan roolissa on haastavaa. Miehen mieltä askarruttaa, osaako hän olla tukena ja apuna, pettyykö nainen tarjottuun apuun, osaako hän tehdä oikeita asioita tai sanoo kenties jotain väärin. (Hirvonen 2002, 34; Sinkkonen 2003, 262.)

Tärkein tekijä miehen valmiudessa tulla isäksi on halu isyydestä. Joku on voinut haaveilla perheestä ja lapsista jo pitkään, kun toinen ei aio tulla isäksi edes avioiduttuaan. Miehen suhde isäänsä antaa valmiuksia oman lapsen kohtaamiseen ja isyys rakentuu tämän suhteen pohjalta. Omalta isältä saatu lämpö, hoiva ja läheisyys on helppo tuoda suhteeseen syntyvään lapseen. Tutkimuksissa on kuitenkin huomattu, että moni mies jää vaille näitä omalta isältä saatuja positiivisia kokemuksia. Siksi miehiä usein lähestyykin odotusaikana äitiään sekä niitä ystäviä, joilla itsellään on lapsia. (Sinkkonen 2003, 262.)

Lapsen saaminen ja vanhemmaksi tuleminen tarkoittavat miehen elämässä oman lapsuuden loppumista ja vastuun ottamista syntyvästä vauvasta. Miehen mielessä voikin

olla ajatus lapsesta vapauden ja riippumattomuuden riistäjänä. Myös isä voi kokea risiiriitaisia tunteita lastaan kohtaa aivan kuten äitikin. Ajatuksissa voi olla mustasukkaisuutta ja mahdollisia tiedostamattomia toiveita vahingoittaa lasta. (Sinkkonen 2003, 262.)

2.7 Riittävän hyvä vanhemmuus

Schmitt (2003, 320) kirjoittaa riittävän hyvän vanhemmuuden koostuvan turvallisuudesta, ennustettavuudesta, jatkuvuudesta ja vastuullisuudesta. Vauvan ja vanhempien arjessa toistuvat vuorovaikutus- ja hoitotilanteet ovat tärkeitä, sillä ne luovat vuorovaikutussuhteeseen perusturvallisuuden. Vanhemman vastuulla on vauvan riippuvuuden ja tarvitsevuuden ymmärtäminen. Vanhempi saattaa joutua vanhemmaksi kasvun myötä jo raskauden alkuvaiheessa tinkimään joistakin asioista. Vanhemmuus on myös sitä. Vaikka asioiden laittaminen tärkeysjärjestykseen olisikin vaikeaa, on aikuisen pystyttävä tekemään se voidakseen olla vanhempi vauvalleen.

Tietynlaiset ongelmat ja vaikeudet, kuten vanhemman päihteiden käyttö tai psyykinen sairaus saattavat heikentää lapsen normaalia kehitystä. Vanhemmuuteen vaikuttavat myös perheen taloudellinen tilanne, työttömyys, lähiverkosto ja sen tarjoamat voimavarat sekä vanhempien parisuhde. Vanhempien vaikeuksien myötä lapsi saattaa jäädä paitsi huolenpitoa, hellyyttä ja vuorovaikutusta. Marttunen onkin artikkelissaan listannut riittävän hyvään vanhemmuuteen kuuluvat seikat ja piirteet. Tällaisia on vanhemman riittävä oma psyykinen tasapaino sekä kyky pitkiin ja kestäviin ihmissuhteisiin. Vanhemman on myös tärkeä osata erottaa omat tarpeet ja toiveet lapsen omista. Vanhemman kyky olla johdonmukainen ja selkeä kasvatustilanteissa sekä kyky asettua lapsen asemaan ovat myös tärkeitä vanhemmuuden piirteitä. Myös turvallisten rajojen ylläpito sekä lapsen tunnetilojen vastaanotto ja sietäminen kuuluvat riittävän hyvään vanhemmuuteen. (Marttunen 2005.)

Vanhemmalta ja varsinkin äidiltä vaaditaan paljon, mutta täydellinen hänen ei tarvitse olla. Riittää että vanhempi on kyllin hyvä. Vanhemman antamaan hoivaan saattaa mahtua pieniä puutteita, ja se on uudessa tilanteessa täysin ymmärrettävää, sillä hän oppii ja kasvaa itsekin oman vanhemmuutensa myötä. (Sinkkonen 1995, 21 – 22.)

3 TEMPERAMENTTI

Yksilöiden synnynnäistä erilaisuutta kutsutaan temperamentiksi. Temperamentin voi erottaa ihmisestä jo varhain ja jotkut temperamenttipiirteet voivat säilyä sellaisinaan läpi elämän tai ne voivat muuttaa ilmiänsuaan. Temperamentti vaikuttaa tapaan ja tyyliin suhtautua asioihin, ja se nousee tietyissä tilanteissa tiedostamatta ikään kuin itsensä ihmisen sisältä. Temperamenttiin ei sisälly kognitiivisia toimintoja kuten tietoista harkintaa tai päätöksentekoa, joita ihminen itse säätelee vaan se on reaktiotapa. Temperamentti tulee parhaiten esiin tilanteissa, joissa pelko tai hätäännys estää opitut toimintatavat. (Keltikangas-Järvinen 2008, 23 – 24, 173.)

Jokaisella ihmisellä on samoja temperamenttipiirteitä, mutta niiden ilmiäsu vaihtelee. Näistä piirteistä rakentuu temperamenttiprofiili. Kasvatus ei muuta temperamenttia eikä hyvää tai huonoa temperamenttia olekaan, mutta kasvatuksen avulla opetetaan lapselle sosiaalista ja toiset huomioon ottavaa käytöstä. Temperamenttierojen ymmärtämisen avulla vanhemman on helpompi ohjata lasta oikein ja kasvattaa hänestä sopeutuva, itsensä hyväksyvä, sosiaalinen ja stressiä sietävä aikuinen. Kasvatuksen avulla on myös tarkoitus ohjata synnynnäisesti temperamenttiltaan eroavia lapsia ymmärtämään toisiaan, tulemaan toistensa kanssa toimeen, rakentamaan yhteistä arvomaailmaa ja sopimaan yhteisistä pelisäännöistä. Temperamentin, kasvatuksen ja kokemuksen tuloksena syntyy yksilön persoonallisuus, johon kuuluvat minuus, minäkuva, itsetunto, sosiaaliset kyvyt ja arvomaailma. (Keltikangas-Järvinen 2004, 11; Keltikangas-Järvinen 2008, 28 – 30, 31.)

3.1 Lapsen temperamentti

Ensimmäinen lapsiin kohdistuvista temperamenttiteorioista on Thomasin ja Chessin temperamenttiteoria (1977). He huomasivat tutkimuksissaan, miten kyse ei ole pelkästään lapsen reagoinnista ympäristön vaatimuksiin vaan lapsi vaikuttaa itse siihen kasvatukseen, jota hän saa. Kyse on lapsen ja ympäristön jatkuvasta vuorovaikutuksesta. Lapsi vaikuttaa ympäristöönsä myönteisesti tai kielteisesti ja samalla vanhempien emootioihin sekä haluun kannustaa ja rajoittaa lastaan. Thomasin ja Chessin teoriaa kutsutaan interaktiiviseksi temperamenttiteoriaksi, koska siinä korostetaan ympäristön merkitystä sekä ympäristön ja temperamentin yhteensopivuutta. (Keltikangas-Järvinen 2004, 46 – 48.)

Lapsia koskevia temperamenttiteorioita on tullut Thomasin ja Chessin teorian jälkeen lisää. Bussin ja Plominin teoria (1984) kattaa koko temperamentin kehityksen vauvas-
ta aikuisuuteen asti. Heidän mukaan temperamenttipiirteitä on kolme; emotionaali-
suus, aktiivisuus ja sosiaalisuus. Rothbartin ja Batesin teoriassa (1989) vauvan tempe-
ramenttipiirteitä on kuusi: positiivinen affektiivisuus (taipumus hymyillä), pelokas
epämukavuuden tunne ja vetäytyminen, ärtyneisyys ja hermostuneisuus, aktiivisuuden
taso, tarkkaavuuden kesto ja sinnikkyys sekä biologinen rytmisyys. Tutkijoista Kagan
on keskittynyt pelkästään estyneisyyden tutkimiseen. Vaikka teorialla näennäisesti
eroavatkin toisistaan, on niissä hyvin paljon samaa ja ne ovat hyvin lähellä toisiaan.
(Keltikangas-Järvinen 2004, 72 – 73, 90 – 91.)

Vauvan synnynnäisinä temperamenttipiirteinä Thomasin ja Chessin mukaan voidaan
erottaa yhdeksän erilaista piirrettä: aktiivisuustaso, rytmisyys, lähestyminen ja vetäy-
tyminen uusissa tilanteissa, sopeutuminen, vastaus- eli responsiivisuuskynnys, reakti-
oiden intensiivisyys tai voimakkuus, mielialan laatu, häirittevyys sekä tarkkaavaisuu-
den kesto ja sinnikkyys. Myös aikuisilla on näitä samoja piirteitä, mutta aivojen kehit-
tymisen ja kognitiivisen muutoksen myötä sekä ympäristön vaikutuksesta ne ovat
muokkautuneet ja ilmenevät erilaisina kuin lapsella. (Keltikangas-Järvinen 2004, 46 –
48, 174.)

Lapsen aktiivisuudella tarkoitetaan motorista aktiivisuutta, joka näkyy lapsen liikku-
misessa ja paikallaan olossa. Aktiivisuutta voidaan määritellä kaikessa päivän mittaan
tapahtuvassa toiminnassa kuten heräämisessä, vaipanvaihdossa, pukemisessa, ruokai-
lussa tai nukkumaan menemisessä. Aktiivinen lapsi on aina valmis toimintaan ja leik-
kii mieluummin kuin istuu hiljaa. Vähemmän aktiivinen lapsi voi puolestaan odotella
pitkän tovin ennen kuin ilmoittaa heräämisestään ja ruokaillessa lapsi istuu rauhalli-
sesti paikoillaan eikä pyri tekemään samalla jotakin muuta. (Keltikangas-Järvinen
2004, 48 – 49.)

Puhuttaessa rytmisyydestä havainnoidaan biologisten toimintojen säännöllisyyttä ja
ennustettavuutta. Näitä ovat esimerkiksi uni-heräämissykli, vauvan näläntunne ja syöt-
töväli. Toisilla vauvoilla rytmisyys on hyvin ennustettavaa ja säännöllistä, toisille näl-
kä tai uni voi tulla mihin aikaan päivästä tai yöstä tahansa. Yleensä vanhemmilla on
hyvä käsitys vauvansa rytmisyydestä. Vanhemmat voivat kiinnittää huomiota tarkkail-
lessaan vauvansa rytmisyyttä muun muassa siihen, mihin aikaan vauva on uninen ja

milloin nälkäinen, mihin aikaan hän herää ollessaan kuuden viikon, kolmen kuukauden ja kuuden kuukauden ikäinen, onko heräämisen aika vaihdellut ja miten säännöllistä on ollut suolen toiminta. Vauvan säännöllinen rytmisyys helpottaa monia päivittäisiä toimia, ja esimerkiksi kuivaksi opettaminen on helpompaa kuin sellaisen lapsen kanssa, jonka rytmi on ennakoimaton. (Keltikangas-Järvinen 2004, 50 – 51.)

Lähestyminen tai vetäytyminen uudessa tilanteessa on myös synnynnäistä. Vetäytyminen ei tarkoita välttämättä perusturvallisuuden puutetta, sosiaalista sopeutumattomuutta tai heikkoa itsetuntoa vaan lapsi voi temperamenttinsa mukaisesti tarvita vähän pidemmän ajan uuden tilanteen hyväksymiseen. Kun tilanne on tullut myöhemmin tutuksi, voi lapsi suhtautua ja käyttäytyä aivan eri tavalla. Tämä temperamenttipiirre on tärkeä tunnistaa, sillä uusia tilanteita vierastavan vauvan vanhemmille voi tulla kuvitelma, että he kasvattavat lastaan jotenkin väärin. Sopeutumisella puolestaan tarkoitetaan vauvan kykyä joustaa ja mukautua uuteen tilanteeseen. Vaikka vauva aluksi vetäytyisi kohdatessaan uuden tilanteen, hän voi alkureaktion jälkeen kiinnostua nopeasti ja osoittaa uteliaisuuttaan. Toisaalta vauva voi osoittaa mielenkiintoa kaikkea uutta kohtaan, mutta sopeutuukin huonosti muutoksiin. Vauvan ollessa hidas sopeutumaan uusiin tilanteisiin voi stressiä aiheutua niin vauvalle kuin vanhemmillekin. (Keltikangas-Järvinen 2004, 53 – 55.)

Vastauskynnys temperamenttipiirteenä tarkoittaa vauvan havaittavissa olevaa vastaus- tai ärsyккеeseen ja vastauskynnyksestä puhutaan kaikkien ärsykkeiden yhteydessä aistipiiristä riippumatta. Kun vauvalla on korkea vastauskynnys, tarvitsee hän hyvin voimakkaan ärsyкkeen ennen kuin hän reagoi siihen, ja kun on kyseessä matala vastauskynnys, vauva reagoi jo heikkoon ärsyккеeseen. Reaktioiden intensiivisyys tai voimakkuus kuvaa puolestaan sitä, miten paljon vauva käyttää energiaa reaktioonsa riippumatta siitä, mistä on kyse. Reaktio voi olla hyvin voimakas ja intensiivinen olipa kyseessä pettymys, kiukku tai ilon aihe. Vauva voi ilmaista näläntunteensa voimakkaasti itkien, levottomasti liikehtien ja voimakkaasti vastalauseensa ilmoittaen, tai hän voi odottaa hiljaa paikallaan ruoka-aikaa ja ilmaista näläntunteensa heikosti. Reaktioiden intensiivisyys kuvaa siis vauvan mielihyvän ja -pahan ilmaisua. (Keltikangas-Järvinen 2004, 56 – 58.)

Vauva voi syntymästään lähtien suhtautua asioihin temperamenttinsa mukaisesti myönteisesti tai kielteisesti. Hän voi vaikuttaa enimmäkseen hyväntuuliselta, onnelli-

selta ja iloiselta tai tyypillistä hänelle voi olla ärtyisyys sekä huonotuulisuus. Onnellisuus tai surullisuus voi olla myös jonkin tapahtuman aikaan saamaa, mutta kyseessä on temperamenttipiirre vauvan ollessa yleisilmeeltään onnellisuuteen tai surullisuuteen taipuvainen. (Keltikangas-Järvinen 2004, 58.)

Vauvan huomio kääntyy helposti meneillään olevasta asiasta uuteen asiaan ja vauvoilla onkin tyypillisesti korkea häirittevyys. Temperamenttipiirteen taustalla on tietynlainen aivojen työskentelytapa ja aivojen kypsyessä häirittevyys vähenee sekä tarkkaavaisuus lisääntyy. Nälkäisen vauvan tarkkaavaisuus on helppo suunnata muualle lelulla tai laululla silloin, kun vauvalla on korkea häirittevyys. Jos vauvalla on matala häirittevyys, voi tyynnyttely olla mahdotonta. Arkikielessä korkeasta häirittevyydestä puhutaan keskittymiskyvyn puutteena ja sitä pidetään negatiivisena asiana. Ympäristön odotusten mukaisesti voi korkea tai matala häirittevyys kuitenkin olla joko puute tai ansio. Koululainen tarvitsee keskittymiskykyä, mutta työelämän vaatimukset pitävät puolestaan samanaikaisesti monen asian huomaavaa temperamenttia ansiona. (Keltikangas-Järvinen 2004, 58 – 60.)

Tarkkaavaisuuden kesto ja sinnikkyys liittyvät toisiinsa. Tarkkaavaisuuden kesto kertoo, kuinka kauan lapsen kiinnostus kestää yhtä asiaa kohtaan, leikkiikö hän kauan kerran aloitettuaan vai viekö joku toinen asia hänen huomionsa. Vauvan ja leikkiikäisen tarkkaavaisuuden kesto ei verrata, sillä se on yhteydessä lapsen ikään, mutta vauvan tarkkaavaisuuden kesto voi kuitenkin mitata siitä, miten kauan hän keskittyy katselemaan lelua tai kuvaa. Sinnikkyys tai sen puute näkyy jo varhain vauvan käytöksestä niin, että näköpiirissä olevan lelun tavoittelemisen voi olla sinnikästä tai vauva voi luopua yrittämisestä nopeasti. Tätä temperamenttipiirrettä voidaan luotettavasti arvioida kuitenkin vasta sitten, kun lapsi ymmärtää yrittämisestä seuraavan mielihyvän ja palkkion. Palapelien tai erilaisten pelien pelaaminen, fyysisten taitojen opettelu ja koulutyö kertovat paljon lapsen sinnikkyydestä. Sinnikkyyttä ei voida arvioida, mikäli lapsi ei osoita laisinkaan kiinnostusta uutta asiaa kohtaan. (Keltikangas-Järvinen 2004, 61.)

Thomasin ja Chessin mukaan temperamenttipiirteet ryhmittyvät kolmeen temperamenttityyppiin. Lapsella on helppo temperamentti silloin, kun biologiset toiminnot ovat säännölliset, hän suhtautuu positiivisesti kaikkeen uuteen, hänellä on kyky sopeutua muutoksiin, ärsytyskynnys on korkea ja hän osoittaa tunteitaan hillitysti. Hitaasti

lämpenevässä temperamentissa lapsella on hillitty, mutta negatiivinen reaktio sekä hidas sopeutuminen kaikkea uutta kohtaan huolimatta siitä, miten hyvin uuteen asiaan on mahdollisuus tutustua. Lisäksi lapsen biologinen rytmi on melko säännöllinen. Oleellista hitaasti lämpenevässä temperamentissa on kuitenkin se, että kun lapsella on mahdollisuus tutustua uuteen asiaan rauhassa, hän vähitellen hyväksyy ja osoittaa mielenkiintoa asiaa kohtaan. (Keltikangas-Järvinen 2004, 62 – 63.)

Vaativaan temperamenttiin kuuluu biologisten toimintojen epäsäännöllisyys eikä nälän tai unirytmien säännöllisyyttä ei voi ennakoida mitenkään. Lapsi reagoi uusiin tilanteisiin varauksella, vetäytyy tai välttää niitä. Negatiivinen suhtautuminen kaikkeen uuteen kuuluu kauas, sillä lapsi vastustaa voimakkaasti itkemällä usein ja herkästi. Hyvän tai huonon temperamenttityypin määritelmä on suhteessa ympäristön odotuksiin ja reaktioon. Lapsen temperamentti määreytyy helpoksi tai vaativaksi sen mukaan, miten paljon se vaatii vanhemmilta työtä. Kuitenkin joskus yksittäinen temperamenttipiirre voi olla hallitseva, joten kaikkia lapsia ei voi sijoittaa näihin kolmeen temperamenttiluokkaan. (Keltikangas-Järvinen 2004, 65 – 68.)

3.2 Ympäristön ja temperamentin yhteensopivuus

Temperamenttitutkimusten myötä on syntynyt ajatus, että lapsi vaikuttaa ympäristöönsä aivan samoin kuin ympäristö lapsen käytökseen ja näin temperamenttitutkimukseen on otettu mukaan lapsen ja vanhemman vuorovaikutus. Temperamenttitutkijat Thomas ja Chess ottivat käyttöön ympäristön ja lapsen temperamentin yhteensopivuutta kuvaavan käsitteen ”goodness of fit” silloin, kun yhteensopivuus on hyvä. Tällöin ympäristön vaatimukset ja odotukset sekä yksilön ominaispiirteet, taidot ja motivaatio ovat sopusoinnussa. Käsite ”poorness of fit” kuvaa huonoa yhteensopivuutta tai sen puutetta. Siinä yksilön taidot ja luonteenpiirteet eivät kohtaa ympäristön vaatimuksia tai eivät pysty hyödyntämään sen tarjoamia mahdollisuuksia. Tämä vaikuttaa lapsen kehitykseen kielteisesti. (Keltikangas-Järvinen 2004, 129, 138.)

Vanhemmilla on käsitys oman vauvansa temperamentista, mikä tulee osittain vuorovaikutuksesta lapsen kanssa ja osittain niistä mielikuvista, joita vanhemmilla on lapsestaan. Tämä käsitys vaikuttaa vanhempien käyttäytymiseen ja lisäksi äidillä on taipumus ohjata lastaan käyttäytymään oman temperamenttinsa mukaisesti. Silloin kun vauva on oma-aloitteinen, reipas ja vireä, on vanhempien helppo vastata vauvan aloitteisiin ja harmonisoida oma toimintansa yhteen vauvan aktiivisuuden kanssa. Passiivi-

seksi ja tarmottomaksi koettu lapsi ei herätä yhtä paljon vastatunteita tai myönteisiä reaktioita vanhemmassa eikä lasta pidetä halukkaana tai kiinnostuneena vuorovaikutukseen. Lapsen aktiivisuudella on vaikutusta vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen samoin kuin vanhemman turvallisuudentunteeseen sekä lapsen kiinnittymiseen vanhempaan. (Brodén 2006, 96; Keltikangas-Järvinen 2004, 121.)

Vauvan temperamentin pitäisi sopia siihen perheeseen, johon hän syntyy. Säännöllisen rytmin omaava rauhallinen vauva antaa vanhemmilleen tunteen hyvästä onnistuneesta vanhemmuudesta, kun puolestaan aktiivinen, levoton vauva saattaa saada vanhemmat tuntemaan, etteivät he osaa hoitaa lasta. Tämä vanhemmissa heräävä tunne säätelee vanhemman ja lapsen suhdetta pitkälle yli vauvaiän. Vanhemmat ymmärtävät paremmin sellaista lasta, jonka temperamentti on samankaltainen kuin vanhemmilla itsellään, mutta vanhemmassa tutut piirteet voivat aiheuttaa myös ärtyisyyttä ja kärsimättömyyttä. Jos sekä vanhempi että lapsi ovat aktiivisia ja nopeatempoisia, heidän leikkinsä ja tekemisensä sopivat hyvin yhteen. Mutta silloin, kun he molemmat ovat intensiivisiä ja ilmaisevat tunteensa estoitta ja äänekkäästi, voi olla perhe-elämä kiihkeää ja kuohahtelevaa. (Keltikangas-Järvinen 2004, 144; Keltikangas-Järvinen 2008, 44–46.)

3.3 Temperamentin merkitys lapsen ja vanhemman vuorovaikutuksessa

Lapsen aktiivisuustasolla on tärkeä merkitys vuorovaikutuksessa vanhemman ja lapsen välillä. Vanhemmat voivat väsyä hyvin aktiivisen lapsen kanssa ja näin heidän suhtautuminen lapseen muuttuu. Lapsen aktiivisuus vaikuttaa myös kielelliseen kommunikointiin, sillä mitä vilkkaampi lapsi on, sitä vähemmän vanhemmat puhuvat lapsensa kanssa. Aktiiviselle vauvalle rauhallinen, vähän virikkeitä tarjoava ympäristö vaikuttaa suotuisasti kognitiiviseen kehitykseen, koska hän löytää itse ympäristöstään uusia virikkeitä sekä saa näin löytämisen ja oivaltamisen iloa. Liiallinen määrä virikkeitä voi aiheuttaa levottomuutta ja estää lapsen kehitystä ja oppimista. Jos lapsi on passiivinen, tarvitsee hän virikkeitä sisältävän kehitysympäristön, sillä ärsykeettömässä ympäristössä hän ei kykene löytämään itselleen mielekästä tekemistä. Aktiivinen vanhempi voi tuskastua tarmottoman tai passiivisen lapsen käytökseen ja pitää hitautta saamattomuutena tai tottelemattomuutena. (Brodén 2006, 96; Keltikangas-Järvinen 2004, 145 – 148.)

Temperamentti määrää vauvan varhaisen rytmisyyden kuten ilta- ja aamu-unisuuden tai nukahtamishelpouden. Vauvalla ei ole ajantajua siitä, milloin on yö ja milloin päivä, eikä vauva osaa säädellä omaa unirytmäänsä. Vanhemman empaattisuus ja rauhallisuus eivät vaikuta siihen, herääkö vauva yöllä vai ei. Vauva voi kuitenkin kokea herätessään pelkoa ja ahdistusta, eikä hän osaa rauhoittaa itseään. Tärkeää on, että vauva saa oikea-aikaisesti turvaa aikuiselta, joka rauhoittaa ahdistuksen eikä jätä vauvaa yksin itkemään. Tämä koettelee vanhempia, mutta kärsivällisesti vanhemman ohjauksen avulla vauvan unirytmii muuttuu ajan kuluessa. Sen sijaan jos vauva jatkuvasti jätetään öisin itkemään yksin hätäänsä, sopeutuu hän olemaan pyytämättä apua. Vanhemmasta voi tuntua siltä, että vauva on vihdoinkin oppinut, että on yö, mutta vauvalle se kuitenkin tarkoittaa sitä, ettei hänestä välitetä. Tämä vaikuttaa vauvan turvallisuudentunteen muodostumiseen. (Keltikangas-Järvinen 2000, 57 – 58; Keltikangas-Järvinen 2004, 153.)

Jos sekä vanhemmalla että lapsella on korkea emotionaalisuus, voi se aiheuttaa lapselle lisää pelokkuutta sekä ahdistuneisuutta. Vanhemman reagoidessa jatkuvasti kaiken hyvin pelokkaasti oppii lapsikin pelkäämään eikä saa näin sitä tukea ja apua, jota hän tarvitsee hallitakseen tunteitaan. Jos lapsen tarpeisiin ja ahdistukseen ei vastata tai vastataan vihamielisesti, lapsi tuntee itsensä hylätyksi ja avuttomaksi silloin, kun hän aistii psyykkistä kipua tai kiihtymystä. Tällöin lapsi kieltää ja turruttaa tunteensa ja lapsesta tulee puolustautuva ja vihamielinen. (Gerhardt 2007, 197 – 198; Keltikangas-Järvinen 2004, 148 – 149.)

3.4 Lapsen temperamentin ja vanhempien persoonallisuuden vaikutus toisiinsa

Niina Komsin (2009, 31, 34) tekemässä pitkittäistutkimuksessa on tarkasteltu lapsen temperamentin pysyvyyttä kuuden kuukauden iästä viiden ja puolen vuoden ikään lapsen biologisten vanhempien arvioimana. Tutkimus osoittaa, että lapsen temperamentti pysyy kohtalaisen tai hyvin samana vanhempien arvioissa ensimmäisten viiden vuoden aikana, mutta samalla se tukee sitä käsitystä, että temperamentti on altis ympäristön vaikutukselle. Vanhemman persoonallisuus vaikuttaa lapsen temperamentin kehittymiseen, mutta vastavuoroisesti lapsen temperamenttipiirteet vaikuttavat vanhemman varsin pysyviksi osoittautuneisiin ominaisuuksiin.

Vanhempien arvioima vauvan korkeampi myönteinen tunneherkkyys (affektiivisuus) ennusti vanhemman korkeampaa ulospäin suuntautuneisuutta (ekstraversiota) viiden

vuoden jälkeen. Samalla vanhempien arvioima vauvan korkeampi aktiivisuustaso ennusti vanhemman alempaa neuroottisuuden tasoa. Toisaalta taas vanhemman alun perin korkeampi ulospäin suuntautuneisuus ennusti tutkimuksen mukaan vauvan temperamentin korkeampaan tahdonalaista säätelyä ja positiivista tunneherkkyyttä. Isän ulospäin suuntautuneisuus oli yhteydessä lapsen korkeampaan ulospäin suuntautuneisuuteen, kun taas äidin korkeampi ulospäin suuntautuneisuus näytti liittyvän vauvan tai lapsen matalampaan kielteiseen tunneherkkyyteen. Tämä tutkimustulos voi viitata siihen, että isän vuorovaikutus lapsen kanssa on lasta leikkimiseen ja tutkimiseen rohkeavaa. Toisaalta lapsen korkeampi negatiivisuus voi vähentää lapsen mahdollisuuksia olla isän kanssa positiivisessa vuorovaikutuksessa, mikä johtaa isän heikompaan ulospäin suuntautuneisuuteen ja korkeampaan neuroottisuuteen viiden vuoden jälkeen. (Komsa 2009, 65 – 66.)

4 LAPSEN KIINTYMYSKÄYTTÄYTYMISEN ETENEMINEN

Vastasyntyneellä on jo ensi päivästä lähtien vahva pyrkimys vuorovaikutukseen. Aisti- en avulla vastasyntynyt oppii tuntemaan elinympäristöään ja siinä päivittäin toistuvia henkilöitä. Erityisesti haju- ja makuaistit auttavat vauvaa tutustumaan uuteen maailmaan, vauva oppiikin tunnistamaan äidinmaidon tuoksun jo muutaman päivän ikäisenä. Vastasyntyneen signaalijärjestelmä koostuu aluksi itkusta ja kyvystä kiinnittää katse hetkellisesti johonkin, käyttäytymisjärjestelmä on siis tässä vaiheessa vauvalla vielä suppea. Vauva kiinnittää katseensa ensisijaisesti muihin ihmisiin ja samalla havainnoi ympäristöään. Vauva oppii erottamaan ihmisiä ympäristöstään sekä vastaanottamaan puhetta ja äänensävyjä. Vauva reagoi eri tavalla tutun ja tuntemattoman aikuisen puheessa. Äidin katseen, kosketuksen ja äänen kautta vauva saa voimakkaita aistielämyksiä, joiden avulla hän suuntaa huomiokykyään kahdenkeskiseen vuorovaikutukseen. (Broberg, Almqvist & Tjus 2005, 121 – 123; Salo 2006, 54 – 55; Schulman 2003, 30 – 32.)

Vauva tunnistaa itsensä vuorovaikutuksen toisena osapuolena noin kolmen kuukauden iässä. Vauva on tunnetilaltaan täysin riippuvainen häntä hoivaavan vanhemman toiminnasta. Vauva oppii näyttämään myönteisiä viestejä eli ns. sosiaalinen hymy tulee esille. Vaikka vauva saattaa eri hoitotilanteissa osoittaa kiinnostuksensa kaikkiin häntä hoitaviin ihmisiin, esiintyy sosiaalinen hymy kuitenkin herkemmin henkilöille, jotka vauva parhaiten tuntee ja joiden kanssa hänellä on ollut myönteistä vuorovaikutusta.

Hieman myöhemmin vauva muuttuu valikoivammaksi häntä hoitavien aikuisten suhteen, vauva viihtyykin paremmin tuttujen ihmisten seurassa. Lapsen itkiessä hän ottaa lohdutuksen vastaan ja rauhoittuu helpommin tutun aikuisen hoivatessa. (Broberg, Almqvist & Tjus 2005, 121 – 123; Salo 2006, 54 – 55.)

Jos vauvan vuorovaikutussuhde äitiin katkeaa ja vauva joutuu olemaan pitkään itsensä varassa, hän kehittää itselleen suojan ja erilaisia keinoja selviytyäkseen. Korvatakseen äidin vuorovaikutuksellisen psyyken suojan vauvalla on itsekannattelun keinona luoda itselleen toinen nahka (second skin formation). Tämä selviytymisen keino ei perustu vuorovaikutukseen tai sisäistykseen, ja se voi johtaa varhaisen peiteminän kehitykseen. Vauvan kannattelun puute ilmenee vauvan fyysisestä käytöksestä. Liikaksi itsensä vaaraan jääneen vauvan katse voi olla tuijottava, hän voi pitää itseään koossa ruumiillisilla toiminnoilla, kuten huulen tai sormen imemisellä, hänen liikehdintä voi olla levotonta tai paikoilleen kangistunutta, hän voi hakata päätään tai heijata itseään. Silloin kun vauva joutuu itse etsimään turvattomuutensa suojaksi selviytymiskeinoja, hänen psyykkinen kehitys ja kasvu ovat vaarassa estyä. (Schulman 2003, 33.)

4.1 Kiintymyssuhde ja sen tehtävät

Vastasyntynyt vauva tarvitsee huolehtivaa ja rakastavaa vanhempaa. Vanhempi vastaa vauvan tarpeisiin sekä sitoutuu antamaan vauvalleen varhaisen kiintymyssuojan suojelemalla lastaan. Tämän vanhemman tarjoaman kiintymyssuojan varhaisin tehtävä on antaa vauvalle mahdollisuus luoda ensimmäinen emotionaalinen ihmissuhde eli kiintymyssuhde. Kiintymyssuhde on vauvan ja häntä hoitavan aikuisen välinen tunnesuhde, jossa pienempi on kiinnittynyt isompaan. Koska vauvan lähettyvillä on jo pelkäättään hänen eloonjäämisen kannalta aina joku aikuinen, kiinnittyy vauva aina johonkin myös etäiseen ja laiminlyövään hoivaajaan. Kiintymyssuhde muodostuu vähitellen vauvan ja vanhemman varhaisen vuorovaikutuksen myötä vauvan ensimmäisen ikävuoden aikana edellyttäen vanhemman riittävää fyysistä sekä psyykkistä läsnäoloa. (Salo 2006, 44 – 45; Sinkkonen 2003, 93.)

Kiintymyssuhde syntyy ja muodostuu niistä erityisistä kokemuksista, joita lapsi saa ollessaan vuorovaikutussuhteessa häntä hoivaavan aikuisen kanssa. Hoivaajan tarjoama hoivakäyttäytyminen on kiintymyssuhteen edellytyksenä. Kiintymyssuhteen tärkeänä tehtävänä on tuottaa lapselle tunne perusturvallisuudesta, joka syntyy arkisissa ja päivittäin toistuvissa hoivatilanteissa. Vauva hakee hoitajaltaan läheisyyttä olles-

saan rauhaton. Silloin hoitajan tehtävänä on saada vauva kokemaan turvallisuuden tunne, joka puolestaan koostuu monista asioista. Vauva tunnistaa vanhemman kosketuksesta, tuoksusta, äänensävyistä sekä puherytmistä ja tarvitsee niitä rauhoittuakseen. Ihmisellä säilyy läpi elämän fyysisen läheisyyden tarve uhkaavassa tilanteessa, ja tarve muistuttaa elämän ensimmäisestä ihmisestä, joka tarjosi hänelle läheisyyttä. (Salo 2006, 52; Silvén & Kouvo 2010, 71 – 73.)

Kiintymyssuhteen tehtävänä on myös vaikuttaa vauvan vireys- ja tunnetilojen säätelyyn. Vireys- ja tunnetilojen säätely ei ole vauvalle tahdonalaista, vaan vauva tarvitsee hoivaajaa, joka auttaa rytmittämään unen ja valveillaolon vuorottelua, sekä säätelmään hänen tunnetilojaan. Ensimmäisen ikävuoden loppuun mennessä vauva kykenee ilmaisemaan tahdonalaisesti tunteitaan ja välittämään niitä ympäristölle kiintymyssuhteen ansiosta. Vauva oppii kommunikaation alkeet ja vastavuoroisuus syntyy, kun vauva seuraa vanhempaansa ja vastaa hänelle jокelteleamalla. Vauva saa kokemuksia vastavuoroisen kommunikaation vaikutuksista ympäristöönsä, jolloin vauvan tunne omasta aktiivisesta minästä kehittyy. Seuraamalla häntä hoivaavan aikuisen toimintaa vauva oppii itse tekemään aloitteita ja odottaa sen jälkeen vanhemman vastausta. Kiintymyssuhteessa vanhemman tarjoaman turvapesän avulla vauvan tarve oppia ja tutkia ympäristöä mahdollistuu. Vauva tasapainottelee ympäristöön suuntautumisen ja vanhempaan suuntautumisen välillä uusissa tilanteissa. Kun vauvalla on turvallinen ja turvattu olo, on hänen kiinnittymistarve tyydytetty, ja tällöin uuden oppiminen on mahdollista. (Salo 2006, 52 – 53; Silvén & Kouvo 2010, 55 – 56.)

4.1.1 Ilmeiden merkitys

Vauvan aivojen paino yli kaksinkertaistuu ensimmäisen vuoden aikana. Aivoissa olevat hermosolut ovat jo olemassa, mutta ne on saatava yhteyteen toistensa kanssa. Mitä enemmän yhteyksiä eri hermosolujen kesken on, sen paremmin ne suoriutuvat tehtävistä ja sitä paremmin lapsi voi käyttää aivojensa eri osa-alueita. Vaikka vauvan aivot ovat kehittyneet jo ennen syntymää, lopullinen kehitys tapahtuu kohdun ulkopuolella sosiaalisen vaikutuksen myötä. Saadessa paljon myönteistä huomiota ja hyviä sosiaalisia kokemuksia kehittyvät vauvalle runsain hermoyhteyksin varustetut ja hyvin verkostoituneet aivot. (Gerhardt 2007, 56.)

Kuudesta kahteentoista kuukauden ikäiselle vauvalle syntyy valtavasti hermosolujen välisiä synaptisia yhteyksiä. Suurin tiheys hermosolujen välillä saavutetaan silloin,

kun vanhemman ja vauvan välinen yhteys on kiihkeimmillään ja kiintymyssuhde vahvistumassa. Ensimmäisen ikävuoden aikana etuotsalohkon aivokuoren kasvu saavuttaa huippunsa. Koska aivot kehittyvät kohdun ulkopuolella, ovat ne erityisen alttiita sosiaaliselle vaikutukselle. Näin kehittyy sosiaalinen sidos vauvan ja hoitajan välille. Biokemiallisten yhdisteiden aiheuttamat hermoyhteydet ja aivojen valtava kasvu ei ole enää myöhemmin yhtä nopeaa, vaikka yhteyksiä syntyy läpi elämän. (Gerhardt 2007, 56.)

Pieni vauva on kiinnostunut häntä hoitavista vanhemmista, ja erityisesti vanhemman ilmeikkäät ja valppaat kasvot ovat tärkeässä roolissa. Vauva seuraa vanhemman ilmeitä ja matkii niitä. Vanhemman reagoiessa tähän voimistamalla kasvonilmettä, jolloin ensimmäinen keskustelu vauvan kanssa on syntynyt. Ensisijaisen tärkeää on, että vanhempi ymmärtää ilmeillä kommunikoinnin merkityksen. Alle kolmen kuukauden ikäiselle vauvalle esim. lelujen tarjoaminen ei ole niinkään tärkeää. Vanhempi peilaa, vahvistaa ja korostaa vauvan ilmeitä, joka puolestaan auttaa lapsen sosiaalista kehitystä myöhemmässä kehityksessä. Vauva oppii ja näkee, että hän voi erilaisilla viesteillä esim. itkulla, jokertelulla ja hymyllä vaikuttaa toisen käyttäytymiseen. Pikkuhiljaa vauva oppii näin ymmärtämään oman ja toisen toiminnan välisiä yhteyksiä. Erilaisten kasvonilmeiden ymmärtäminen on edellytyksenä toisen ihmisen tunnetilojen ja sisäisen todellisuuden ymmärtämisessä. (Salo 2006, 55 – 56.)

Katsekontaktin avulla vauva hahmottaa maailmaa ja saa tärkeää tietoa toisten ihmisten tunteista ja aikeista. Mutta erityisesti varhaisessa vaiheessa positiiviset katseet edistävät sosiaalisia, tunteella ymmärättäviä aivoja kehittymään. Katsoessaan äidin kasvoja ja huomattaessaan äidin tuntevan mielihyvää vauvankin hermojärjestelmä virittyy mielihyvän kokemukseen ja hänen sydämensykkeensä kiihtyy. Tästä käynnistyy biokemiallinen vaste, jossa mielihyvän neuropeptidia vapautuu verenkiertoon kulkeutuen aivojen orbitofrontaaliselle alueelle. Orbitofrontaalisella alueella on olennainen rooli tunneperäisten vihjeiden tunnistamisessa sekä tunneperäisten reaktioiden hallinnassa. Myös kielteiset katseet ja vuorovaikutustilanteet vaikuttavat vauvaan. Paheksuva katse voi laukaista stressihormoneja, jotka pysäyttävät mielihyvää tuottavien hormonien endorfiinin ja dopamiinin tuotannon. Koska vauva on riippuvainen fyysisten ja psyykkisten tilojensa säätelyssä vanhemmasta, hänelle on ihan sama, uhkaako säätelyä tunneperäinen vai ruumiillinen eristäminen. (Gerhardt 2007, 49 – 50, 55, 61.)

4.1.2 Sisäinen työskentelymalli kiintymyssuhteessa

Vanhemman sensitiivisen toiminnan myötä kokee vauva perusturvallisuuden tunteen. Vanhemman läheisyys, lämpö ja rakkaus sekä perustarpeisiin vastaaminen ja lohdutuksen tarjoaminen luovat lapsen muistiin pysyviä muistijälkiä. Vauva on saanut ruokaa ollessaan nälkäinen, vaippa on vaihdettu hänen ollessa märkä ja vauva on ollut sosiaalisessa kanssakäymisessä vanhempien kanssa ilmeiden, eleiden ja vuoropuheluiden keinoin. Näiden kokemusten myötä lapsen muistiin jää muistoja, joista rakentuu sisäisiä työskentelymalleja. Tunteiden säätelyn ja läheisyyden sekä kiintymyksen säätelyn yhteydessä äidin ja vauvan aivot ”keskustelevat” keskenään. Näistä hyvin merkityksellisistä ja tunnepitoisista hetkistä syntyy yleistyksiä eli representaatioita. Sisäisen työskentelymallin avulla vauva kykenee ennakoimaan tilanteita sekä muistamaan mitä tapahtuu, jos toimii tietyllä tavalla, jolloin vauva oppii ennakoimaan tilanteita. Sisäisen työskentelymallin avulla lapselle muodostuvat käsitykset itsestään arvokkaana tai arvottomana persoonana ja toimii siis itsetunnon pohjana. Sisäinen työskentelymalli on myös pohjana tulevaisuudessa lapsen muodostamiin sosiaalisiin suhteisiin. (Mäkelä 2003b, 94; Sinkkonen 2001, 37.)

4.1.3 Turvapesä lapsen sisäisenä säätelyjärjestelmänä

Puolen vuoden ikäiselle lapsella on jo muodostunut mielensisäinen malli niistä vuorovaikutustilanteista, joissa vanhempi on ollut riittävästi käytettävissä esim. lapsen perustarpeiden tyydyttämisessä tai vauvan kokeman hädän hetkellä. Tässä vaiheessa lapsen tunteiden säätely ei enää riipu vanhemman välittömästi tarjoamasta lohdutuksesta vaan lapselle on itselleen muodostunut sisäinen tunne turvallisuudesta. Lapsen tietämys, kokemus ja odotus vanhemman saatavilla olosta hädän hetkellä ovat muodostaneet mielensisäisen mallin kiintymyssuhteesta eli turvapesän. Turvapesän avulla lapsi kykenee rauhoittumaan itsekseen. (Broberg ym. 2005, 129; Salo 2006, 61.)

Lapsi tasapainottelee läheisyyden hakemisen eli turvallisuuden varmistamisen ja ympäristön tutkimisen välillä. Kun lapsella on riittävä turvallisuuden tunne, hän pystyy tutustumaan ympäristöönsä. Lapsen oppiessa konttaamaan hän voi liikkumalla määrittellä etäisyyden vanhempaansa. Tällöin vanhemman tehtävänä on toimia tukikohtana lapsen tutkiessa maailmaa. Lapsi voi liikkua ja leikkiä huoletta omassa ympäristössään, seuraten samalla tutun hoitajan pysymistä turvallisen välimatkan päässä. Vieraan ihmisen saapuessa huoneeseen tai tutun hoitajan poistuessa näköetäisyydeltä lapsen

kiintymysjärjestelmä kytkeytyy, jolloin lapsi lisää läheisyyttään hoitajaansa saapumalla takaisin hänen luokse. Hoitaja eli vanhempi toimii tukikohtana, ”turvasatamana” lapselle. Jos lapsen ja vanhemman vuorovaikutussuhdetta leimaa turvattomuus, lapsi ei pysty samalla tavalla tutkimaan maailmaa, sillä lapsi ei voi varmasti tietää, onko vanhempi hädän hetkellä läsnä. Tässä tilanteessa lapsi saattaa takertua hädissään vanhempaansa tai käyttäytyä puolestaan niin, että vanhempi on tarpeeton. (Broberg ym. 2005, 123 – 124, 129.)

4.1.4 Yhteinen huomionkohde tarkkaavuuden perustana

Lapsi oppii ensimmäisen ikävuoden loppupuolella huomaamaan, että aikuinen saattaa osoittaa kiinnostuksensa johonkin sellaista kohtaan, mitä lapsi ei ole edes huomannut tai nähnyt. Lapsi alkaa kiinnittää valikoiden huomionsa juuri siihen, mihin häntä hoitava aikuinen on tarkkaavuutensa suunnannut. Vanhemman katsoessa muualle lapsi seuraa hänen katsettaan. Vanhemman katsoessa lelua myös lapsi siirtää tarkkaavuutensa leluun ja tämän jälkeen takaisin vanhempaansa. Lapsi ja vanhempi voivat olla tässä leikissä vuorotellen aloitteellisia siten, että molemmat voivat vuorollaan siirtää huomionsa lelusta toiseen osapuoleen ja takaisin. Tätä tilannetta, jossa tavara on lapsen sekä vanhemman samanaikaisen tarkkaavuuden kohteena, kutsutaan yhteiseksi huomion kohteeksi. (Broberg ym. 2005, 105; Mäkelä 2003a, 34; Mäkelä 2003b, 120.)

Yhteinen huomion kohde, jota voidaan kutsua myös jaetuksi tarkkaavuudeksi, on keskeisempiä kypsän tunnekeskuksen taitoja. Yhteinen huomion kohde antaa lapselle mahdollisuuden havaita oman havaintonsa rinnalla samanaikaisesti toisen ihmisen eli vuorovaikutuksessa olevan vanhemman havainnointia ja tilanteeseen reagoimista. Yhteisen huomion kohteen avulla toisen ihmisen mielen maailma avautuu lapselle. Lapsi oppii samanaikaisesti havainnoimaan oman ja toisen ihmisen tavan olla suhteessa yhteiseen kiinnostuksen kohteeseen. Vuorovaikutuksessa olevan toisen osapuolen toiminnan jäljittely tukee monipuolisesti lapsen sosiaalista kehitystä. (Silvén & Kouvo 2010, 56; Mäkelä 2003b, 120.)

Pieni vauva on kiinnostunut siitä, mitä aikuinen hänelle näyttää, ja vauva alkaakin herkästi tavoitella aikuisen näyttämää asiaa tai tavaraa. Yhteisessä huomion kohteessa lapsi on erityisen kiinnostunut siitä, miten aikuinen itse suhtautuu tilanteeseen. Vauvan ja vanhemman yhdessä koettu ja havaittu hetki tai asia saa intensiivisemmän tun-

nelatauksen. Lapsen alkaessa opettelemaan sanoja, juuri niiden sanojen merkitys saa syvyyttä yhdessä koetusta tunteesta. (Mäkelä 2003b, 120.)

Molemmilla osapuolilla sisäisten representaatioiden taso on erilainen. Vanhemmalla on tiedostamattomia ja tiedostettuja asenteita, odotuksia, toiveita ja aiemmin saatuja kokemuksia vaikuttamassa vuorovaikutuksessa, kun taas vauva kokee kaiken ensimmäistä kertaa. Sisäisten kokemusten erilaisuudesta huolimatta syntyy vanhemman ja vauvan mielessä riittävää kokemusten samankaltaisuutta, jolloin molemmat ymmärtävät toisiaan ja kokevat jakavansa samaa tapahtumaa. Vastavuoroisuudessa on kyse myös siitä, että erilaisesta kokemisesta huolimatta yhteisen vuorovaikutuksen aikana syntyy yhteisiä jaettuja muistoja ja merkityksiä. (Tamminen 2005, 49 – 50.)

4.1.5 Sosiaalinen viittaus

Sosiaalinen viittaus (social referencing) on yhteisen huomion kohteen emotionaalinen vastine, jolla tarkoitetaan tilanteen yhteistä tunnetta. Sosiaalinen viittaus on kognitiivinen kyky, joka ilmaantuu lapsen ensimmäisen elinvuoden jälkipuolella. Lapsi kiinnittyy vanhempaan, joka antaa kokemuksellisen perustan oppia tunteiden avulla arvioimaan toisten ihmisten päämääriä eli intentioita. Lapsi tarkastaa vanhemman kasvojen ilmeistä ja vartalon olemuksesta, onko jokin ihminen tai uusi tilanne turvallinen. Jos vanhemmalla on itsellään omiin kokemuksiin liittyviä pelkoreaktioita yllättävissä tilanteissa, lapsen limbisen järjestelmä reagoi yllättävään tilanteeseen kauhulla. (Broberg ym. 2005, 106; Mäkelä 2003b, 115.)

Lapsen sisäisiin tiloihin muodostuu valtava kirjo limbisen järjestelmän kehittymisen myötä. Jotta lapsi voi kehittyä, hän tarvitsee vuorovaikutuskumppanin, joka kykenee virittymään näihin vauvan vaihteleviin emotionaalisiin tiloihin. Kun lapsi ilmaisee halunsa sosiaaliseen kanssakäymiseen, muodostuu vanhemman virittäytyminen vuorovaikutukseen tärkeäksi elementiksi. Virittäytyminen on lapsen tunnetilan aistimista ja sen peilaamista takaisin vauvalle. Huolehtiva ja sensitiivinen vanhempi vahvistaa lapsen positiivisia tunnetiloja heijastamalla niitä siihen asti, kunnes lapsi kehityksensä myötä kestää tunnetilojen voimaa. Vanhemman tyyntytellessä omaa tunneilmaisuaan lapsi pystyy palaamaan rauhallisesti omaan sisäiseen tilaansa. Yhteisen emotionaalisen hetken jälkeen lapsi tarvitsee usein aikaa kääntyä itseensä sulattelemaan aiempaa kokemustaan. Lapsi ilmaisee tämän kääntämällä katseensa pois, jolloin tilanteeseen virittäytynyt vanhempi antaa vauvalle tämän mahdollisuuden. Lapsen ilmaistessa

oman hätäntymisensä tulee vanhemman rauhoittaa lasta virittäytymällä hänen tilaan ja tyyntyttämällä omaa tunneilmaisuaan. (Mäkelä 2003a, 26 – 27; Mäkelä 2003b, 115.)

Vauvan ja vanhemman tunteiden yhteen virittäminen vauvan ensimmäisten elinkuukausien aikana lisää limbisen järjestelmän etuosissa sijaitsevan ns. ventraalisen radan toimintaa, joka puolestaan välittää positiivisia tunteita. Ventraalisen radan myötä lapselle kehittyy kyky tuntea iloa ja onnea. Myös kyky tunnistaa omat kiintymyksen tunteet lämmöllä ja rakkaudella muodostuvat ventraalisen radan myötä. (Mäkelä 2003b, 115.)

4.2 Lapsen aivojen kehitys vuorovaikutussuhteessa

Aivojen kehitys on kiihkeimmillään noin kolme kuukautta ennen syntymää ja jatkuu aina kolmanteen ikävuoteen saakka. Aivot kehittyvät monivaiheisesti, alkeellisemmista osista kehittyneempiin osiin. Aivot voidaan rakenteellisesti ja toiminnallisesti jakaa kolmeen tasoon, joita ovat liskoaivot, limbinen järjestelmä ja isoaiivokuori. (Mäkelä 2003a, 14 – 15.)

Syvimpanä olevaa kerrosta voidaan nimittää matelija- eli liskoaivoiksi, lintujen ja matelijoiden aivot ovat kehityksessään tätä tasoa. Liskoaivokeskus säätelee autonimisen hermoston kautta vauvan eri toimintoja mm. uni- ja valverytmiä, syömistä ja ruoansulatusta. Myös mielialat, myönteinen tai kielteinen, ovat liskoaivojen toimintaan liittyviä kokemuksia. Liskoaivojen ylin ohjauskeskus on mantelitumake, joka on samalla alkukantaisen limbisen järjestelmän osa. Mantelitumake ohjaa käyttäytymistä voimakkaiden ja äkillisten tilanteiden kautta, se toimii myös ohjauskeskuksena kiihkeissä pelko- ja raivotilanteissa. (Mäkelä 2003a, 14, 22.)

Vauva on jo liskoaivotasolla voimakkaasti suuntautunut havaitsemaan erilaisia ärsykeitä ja reagoimaan niihin positiivisesti. Vauvan aivoissa on valikoiva, mutta tuttua asiaa kohti suuntautunut suuntain. Tämän takia muutaman päivän ikäinen vauva oppii hajujaistin avulla tunnistamaan oman äidin tuoksun. Tarpeeksi läsnä oleva aikuinen tulee vauvalle nopeasti tutuksi tuoksun, äänensävyyn ja kasvonpiirteiden kautta. Tuttu ihminen tekee vauvan rauhalliseksi, jolloin vauva on kykeneväinen ottamaan vastaan muitakin havaintoja helpommin. (Mäkelä 2003a, 22.)

Seuraavaa kehityksellinen taso liskoaivojen jälkeen aivoissa on nimeltään limbisen järjestelmä, joka sijaitsee aivorungon ja isoaivojen kuorikerroksen välissä. Limbisen järjestelmän kiihkeän kehityksen vaihe alkaa noin kaksi kuukautta vauvan syntymän jälkeen ja se säilyy voimakkaana noin puolentoista vuoden ikään saakka. Kahden kuukauden ikäisen vauvan limbisen järjestelmä alkaa kehittyä aktiivisesti, mikä näkyy niin aivojen toimintaa mittaavin menetelmin kuin arkisessa vuorovaikutuksessakin lapsen kanssa. Vauvan sosiaalinen viireys kasvaa tässä vaiheessa hetkessä, ja lapsi on valppaampi ympäristöään sekä varsinkin häntä ympäröiviä ihmisiä kohtaan. Vanhemman lähellä olevat kasvot ja katse jäsentävät juuri tässä vaiheessa kehittyvää keskushermostoa voimakkaasti. Vauva kykenee ikään kuin ”lumoutumaan” häntä hoitavan vanhemman katseeseen, ilmeisiin ja eleisiin. Tällöin myös vauvaa hoitavan vanhemman tunnekokemus siirtyy osaksi vauvan omaa ja tässä vaiheessa rakentuvaa tunnekkenttää. Limbisen järjestelmän kehittyneet tunteet ovat tärkein todellisuutta jäsentävä väline, ja juuri sen avulla vauva kykenee järjestämään kaiken aikaa hänen ympäristöstään ilmeneviä aistiärsykeitä. (Mäkelä 2003a, 24 – 25; Mäkelä 2003b, 114.)

Lapsen ensimmäisen elinvuoden aikana limbiseen järjestelmään rekisteröityy erilaisia perusolettamusmalleja, jolloin puhutaan kiinnittymisen malleista. Vastataanko hänen tarpeisiinsa niihin kuuluvalla tavalla? Saako vauva turvaa vanhemmistaan hädän hetkellä? Limbisen järjestelmän säätelyn taidot kypsyvät kiintymyssuhteessa, joka on keskeisin vuorovaikutussuhde vauvalle. Limbisen järjestelmä toimii tasapainoisesti ja samalla kehittyen luottavaisessa eli turvallisessa kiintymyssuhteessa. Vauvan toiminnalliseen muistiin on varastoitunut aiemmin koetun mallin perusteella, että hän saa vanhemmalta apua. Välttelevässä kiintymyssuhdemallissa vauva vakuuttaa näennäisesti pärjäävänsä. Tällöin kuitenkin merkittävä osa vauvan aivojen tietoa käsittelevästä järjestelmästä jää vajaammin kehittyneeksi. Ristiriitainen kiintymysmallin ei myöskään ole suotava pelkästään vauvan aivojen kehityksen kannalta, sillä siinä vauvan huomio on kiinnittynyt tarpeettoman voimakkaasti aikuisen läsnäolon ja saatavuuden läsnäoloon. Koska tilanne luo vauvalle pelkoa, myös pelon rakenteet keskushermostossa vahvistuvat. Jäsentymätön eli disorganisoitunut kiintyminen on kaikista vahingollinen vauvalle keskushermoston näkökulmasta. Jäsentymättömään kiintymiseen kuuluu vahvasti vauvan stressitila. Keskushermosto joutuu tiiviiseen, täysin säätelymättömään hälytystilaan, jossa autonomisen hermoston sympaattinen sekä parasympaattinen hermosto eivät stressitilan vuoksi ole tasapainossa. (Mäkelä 2003a, 29; Mäkelä 2003b, 117 – 119.)

Isoaivokuori on aivojen kehittynein osa ja sen toiminnallisesti tärkein kehitys alkaa vasta toisen ikävuoden aikana, kuitenkin vasta limbisen järjestelmän kypsymisen jälkeen. Isoaivokuori on aivoissa korkein yhdistelevä ja informaatiota käsittelevä osa. Isoaivokuoreen kuuluu kaksi puoliskoa: oikea ja vasen aivopuolisko. Oikea aivopuolisko kypsyä ensin. Sen kypsyminen saa oikean muotonsa niistä tunteiden jakamisen ja yhteisyyden kokemuksista, joita vauva saa emotionaalisesti merkittävässä vuorovaikutustilanteissa. Kielen kehitys tapahtuu sekä oikean, että vasemman aivopuoliskon yhteistyönä. Vasen aivopuolisko saa oikealta puoliskolta kielen kehityksen alkeet, joiden työstämistä vasen puolisko jatkaa. (Mäkelä 2003a, 35, 37.)

Limbisen hermoston kehityksen myötä tunteiden yhteensovittaminen äidin ja vauvan välillä on tärkeää. Isoaivokuoren kehittymisen myötä yhteisten merkitysten luominen äidin ja vauvan välillä tulee yhtä tärkeäksi seikaksi kuin edellä mainittu. Vuorovaikutussuhteessa olemisen tasot säilyttävät merkityksen läpi lapsen elämän. Lapsen kasvaessa 1,5 vuoden ikään, hänen isoaivokuorensa kiihkeän kehityksen vaihe alkaa. Vauva on aiemmin ollut kovin kiinnostunut ympäristöstään ja siihen kuuluvista ihmisistä. Nyt kuitenkin lapsen käytöksestä saattaa huokua surumielisyyttä ja epävarmuutta nimenomaan suhteessa äitiin. Erilaiset merkitykset tulevat käyttöön, joista ensimmäisenä yleensä on oma tahto. Lapsi alkaa pikkuhiljaa työstää omista rajoituksista seurannutta turhaumaa. Vanhemman on tässä vaiheessa tärkeää tukea lasta kestäämään turhaumaa kannattelemalla lasta, tunnistamalla ja sanoittamalla hänen tunteitaan sekä ajattelemalla yhdessä lapsen kanssa. (Mäkelä 2003b, 121.)

Oikean aivopuolisko kypsyä varhemmin ja sillä onkin vahvemmat yhteydet limbiseen järjestelmään. Oikea aivopuolisko onkin vastuussa sosiaalisten tilanteiden hahmottamisesta, kasvojen ilmeiden tunnistamisesta sekä kiinnittymisen organisoitumisesta. Oikean aivopuoliskon toiminta on täysin tiedostamatonta, vasen puolisko on taas jäsentynyt kielellis- semanttisesti, jolloin sillä on vahvat yhteydet limbisen järjestelmän primitiivisempään eli alkukantaisempaan väliaivotasoon. Vasen aivopuolisko toimii erotellen tilanteita ja ilmiöitä pikkutarkasti sekä yhdistämällä asioita ajalliseen etene- miseen ja järjestykseen. Vasen aivopuolisko rakentaa syy- seurausselityksen. Pienen lapsen kohdalla oikean ja vasemman aivopuolisko välinen suora yhteys on melko vähäistä. Oikeastaan vasta murrosiässä oikeaa ja vasenta aivopuoliskoa yhdistävät silta- rakenteet kypsyvät. Tämän takia varsinkin pienen lapsen on vaikea kuvailla tai ymmärtää tunteitaan ja toisinaan käyttäytymistään. Riippuen vauvan varhaisista, kiinnit-

tymisen oletusmalleihin rakentuvista todellisuuden hahmotustavoista, ohjaa lapsen käyttäytymistä voimakkaammin oikea tai vasen aivopuolisko. (Mäkelä 2003b, 121 – 122.)

4.3 Kognitiivisten taitojen kehitys vuorovaikutussuhteessa

Vauvan temperamentti, vuorovaikutus vanhemman kanssa sekä kognitiivisten taitojen kehitys liittyvät toisiinsa kiinteästi. Vauva erottaa syntymästään lähtien kielelle ominaisia äänteiden perusominaisuuksia, ja pian syntymänsä jälkeen hän kykenee erottamaan omaan äidinkieleensä kuuluvia piirteitä. Hermosolujen välisten yhteyksien järjestyminen tapahtuu sekä geneettisen koodin että ympäristön vaikutuksesta. Mitä vanhemmaksi lapsi kasvaa, sitä enemmän ympäristön vaikutus ohjaa kehitystä. Virikkeinen ympäristö lisää vauvan aivoalueiden aineenvaihduntaa ja samalla hermoyhteyksien kasvua. Varhaislapsuuden aikainen oppiminen on tehokasta ainutlaatuisella tavalla eikä ole mahdollista enää myöhemmin. (Lyytinen, Eklund & Laakso 1995, 41 – 49.)

Lapsen aloitteisiin yhtyminen ja niiden vahvistaminen on yhtä tärkeää kuin äidin omat aloitteet ja huomion suuntaaminen yhteiseen kohteeseen. Vauva kohdistaa huomionsa jo varhaisessa vaiheessa vanhempiinsa pelkän äänihavainnon perusteella silloin, kun vanhemmat puhuvat hänelle. Oppimisen kannalta merkitystä on sillä, miten vanhemmat käyttävät äänensävyä tavoitellessaan lapsen tarkkaavaisuutta ja ilmaistessaan omia tunteitaan. Vauva oppii nopeasti sellaiset asiat, joilla on keskeinen merkitys vauvan elämässä. Näitä ovat muun muassa äidin kasvojen piirteet, tarpeiden tyydyttämistä ennakoivat ja tunnesävyjä ilmaisevat äänet. (Lyytinen ym. 1995, 41 – 48.)

Vauva on sinnikäs, ja hänellä on luontainen halu oppia uusia asioita. Tiedot ja taidot kehittyvät merkittävästi toiston ja jäljittelyn ansiosta. Toistuvasti samojen sanojen tai ilmaisujen käyttö jättää jäljet lapsen muistiin. Monesti lapsi oppii ensimmäisenä sen sanan, jota vanhemmat ovat toistaneet tai näyttäneet esineen muodossa lapselle. Tutkimusten mukaan varhaiset kognitiiviset valmiudet ennustavat myöhempää älyllistä kehitystä. Vauvan valmiuksia on kartoitettu valikoivan katsomisen ja tarkkaavaisuuden havainnoimisella. Mitä nopeammin vauvan katse siirtyy aiemmin nähdyistä kuvasta uuteen kuvaan, sitä parempia kognitiivisia taitoja se ennakoi. (Lyytinen ym. 1995, 48, 51.)

Kokemukset ja havainnot vuorovaikutuksesta ovat vanhemmalle ja vauvalle erilaiset. Vanhemman vuorovaikutus painottuu sanalliseen, kielelliseen keskusteluun ja näin vanhemman huomaamatta muut monipuoliset ja rikkaat vuorovaikutuskeinot jäävät vähemmälle huomiolle. Vauva puolestaan on tietämätön vanhemman toiminnan tarkoituksellisuudesta tai olennaisuudesta ja kaikki vanhemman tekeminen, olipa se sitten puhetta, kosketusta, ilmeitä, eleitä tai äänensävy, on tasaveroinen rakenneosia hänen ja vanhemman välisessä vuorovaikutuksessa. Vauva tarkastelee vanhempansa yhtenäisenä ja jakamattomana. Vauvat kokevatkin toiset ihmiset kokonaisvaltaisesti, objektiivisesti ja tunnetasolla tarkasti. (Tamminen 2005, 51 – 52.)

4.4 Muistijärjestelmien kehittyminen

Implisiittinen muisto tarkoittaa muistoa, jonka olemassaolosta emme ole tietoisia, mutta joka on kuitenkin taltioitunut muistiimme. Ne voivat erilaisissa tilanteissa vaikuttaa käyttäytymiseemme. Implisiittistä muistoa voidaan kutsua myös proseduraaliseksi muistiksi ja taitomuistiksi. Lapsi alkaa kiinnittyä toiseen ihmiseen ensimmäisen elinvuotensa aikana proseduraalisen muistijärjestelmän mallien avulla. Proseduraalisen eli toimintoja koskevan mallin tehtävänä on sovittaa lapsen oma käyttäytyminen tietyssä tilanteessa läsnä oleviin ehtoihin, jolloin lapsi mallintaa omaa toimintaansa proseduraalisen muistin avulla. Niinpä esim. Ainsworthin kehittämä vierastilannetutkimus perustuu lasten proseduraalisen muistijärjestelmään tallentuneihin malleihin. Siinä lapsi rekisteröi, säilöo ja palauttaa informaatiota ensisijaisesti proseduraalisen muistin keinoin toistuvina käyttäytymiskuvioina. Proseduraalinen muistimalli muodostaa esitietoisesta ja ei – kielellisen muistin. Se ohjaa automatisoitunutta eli päivittäistä toimintaa. Proseduraalinen muisti tallentaa tiedon siitä, kuinka eri toimintoja omassa järjestyksessä suoritetaan mm. lapsen motoriset ja sosiaaliset vuorovaikutustaidot. (Broberg ym. 2005, 100; Hautamäki 2001, 28 – 29, 35.)

Lapsen ensimmäisen ikävuoden aikana taltioituneet implisiittiset muistot kuuluvat useimmiten vanhempien kanssa yhdessä koettuihin fyysisiin elämyksiin, joissa muistot ovat muistoja emotionaalisesti voimakkaista elämyksistä. Jokin asia on muistona lapsen mielessä, mutta kokemus ei kuitenkaan ole taltioitunut lapsen mieleen siten, että sen voisi palauttaa ja muistaa. Jotakin implisiittisiä muistoja saatetaan luulla osaksi ihmistä itseään, sillä ne ovat niin tiedostamattomia, ettei niitä ajattele yksittäisenä muistona. (Broberg ym. 2005, 101.)

Lapsen ensimmäisen elinvuoden lopussa tai toisen vuoden alussa lapsen kielen kehitys alkaa käynnistyä, jonka kautta myös lapsen muistijärjestelmä kehittyy. Lapsi oppii yhdistämään eri tapahtumia ja asioita yhteen, jolloin tilanteet muodostavat etenemisketjun lapsen muistissa. Lapsen tietoinen minäkäsitys kehittyy lapsen toisen ikävuoden tienoilla ja se täydentyy omien muistojen kautta, jotka lapsi muistaa läpi lapsuuden. Deklaratiivinen muisti eli kyky tallentaa muistoja kielellisesti syntyy, ja lapsi oppii kertomaan niistä sanallisesti. Kyky taltioida muistoja kielellisesti perustuu kahdenlaisille tietoisille muistoille, joita ovat semanttinen ja episodinen muisto. (Broberg ym. 2005, 101.)

Semanttisen muistin avulla lapsen ensimmäiset kuvaukset itsestään muodostuvat. Semanttinen muisti sisältää semanttisiin yleistyksiin perustuvia sisäisiä edustuksia ja varsinkin niitä, joita lapsella on itsestään suhteessa kiintymyshahmoihin. Aivan varhaiset semanttisen muistijärjestelmän muistikuvat lapsi mallintaa usein vanhemmilta. Lapsi lukee vanhemman kielellisistä ilmaisuista ja käytöksestä hänen suhtautumistaan. Turvallisesti kiinnittynyt lapsi kokee, että äiti rakastaa sekä ymmärtää häntä. Tällöin lapsi tuntee oman olonsa hyväksi äidin kanssa. Ristiriitaisesti kiinnittynyt lapsi saattaa puolestaan muodostaa itse käsityksen siitä, ettei äiti välitä ja että äiti on hänelle vihainen. Välttelevästi kiinnittynyt lapsi saattaa ajatella olevansa tuhma ja vaativa, ja täten syyttää itseään vuorovaikutussuhteessa äidin kanssa. Episodinen muisti sisältää ajassa ja paikassa jäsenyneitä tapahtumia. Episodisen muistin muistikuvat koostuvat eri aistien tuottaman informaation yhteen liittymisestä ja siitä, miten ärsykevirta soveltuu aikaan ja paikkaan nähden. (Hautamäki 2001, 29.)

5 STRESSIN VAIKUTUS LAPSEN KEHITYKSEEN JA VANHEMMUUTEEN

Vaikeasti käsiteltävää kiihtymystilaa kutsutaan stressiksi. Kun muita keinoja ei ole, tunteiden säätelyn äärimuotona on stressinhallinta. Hypotalamus on aivojen osa, jolla on keskeinen rooli tunteiden säätelyssä. Se saattaa käynnistää kemiallisten reaktioiden ryöpyn eli stressivasteen silloin, kun liian haastava kokemus on valtaamassa yksilön normaalin tasapainojärjestelmän. Eräs kemiallisen reaktion tuotteista on stressihormoni kortisoli, jolla on merkittävä rooli tunne-elämässämme. (Gerhardt 2007, 71 – 72.)

5.1 Vauvan stressi

Vauva ei pysty pitämään itseään hengissä eikä hän osaa hallita stressiään. Kun vanhempi huolehtii vauvan stressistä kosketuksen ja hoivan avulla, vauvan kortisolitaso pysyy alhaisena. Vauvan kortisolitaso on yleensä aamuisin korkeampi kuin iltaisin. Vauva tottuu rasittaviin stressiä aiheuttaviin tilanteisiin, jos vanhempi vastaa vauvan tarpeisiin. Stressiä vauvalle voi aiheuttaa ruuan, hoivan, tunneperäisen turvallisuuden ja kosketuksen puute, lapsen tarpeisiin vastaamattomuus sekä kiintymyssuhteen menetyt. Ero äidistä tai hoitajasta voi olla vauvalle kaikista kokemuksista stressaavin. Myös jatkuva vastaamattomuus vauvan tarpeisiin on varhaisina elinkuukausina erityisen kohtalokasta, sillä kortisolitason ollessa korkea vaikuttaa se muidenkin välittäjäaineiden järjestelmiin, koska niiden polut ovat vasta vakiintumassa. Vauvalle stressistä voi olla seurauksena jopa trauma. (Gerhardt 2007, 71 – 80.)

Jos äiti on ollut stressaantunut raskausaikana, on äidin korkea kortisolitaso voinut siirtyä sikiöön ja mahdollisesti herkistänyt sikiön stressivastetta jo ennen syntymää. Vaa-ratilanteen sikiölle voi aiheuttaa myös äidin raskaudenaikainen heikko ravitsemustila tai päihteiden käyttö, minkä seurauksena vauvalla on suurempi epäsosiaalisen käyttäytymisen riski kuin muilla vauvoilla. Tutkimuksissa on huomattu, että äidin päihteiden käytön ja lapsen epäsosiaalisen käyttäytymisen yhteyteen kuuluvat lisäksi äidin ajatukset lapsen hylkäämisestä (abortti) sekä äidin vastavuoroisuuden puute raskauden tai vauvan ensimmäisen elinvuoden aikana. Jos vauva on joutunut kohdussa alttiiksi huonoille olosuhteille, hänellä on luultavasti vaikeuksia itsesäätelyssä ja hän on herkästi haavoittuva huonosti virittyneen vanhemman kanssa. (Gerhardt 2007, 195 – 196.)

5.2 Varhaisen hoivan vaikutus stressiin

Ympäröivällä maailmalla on valtaisa merkitys vauvan kehittyvään elimistöön, sillä siihen vaikuttavat muun muassa kohdussa saatu ravinto, synnytyksen aikaiset komplikaatiot ja sensitiivinen tuki varhaisessa vauvaiässä. *Varhainen hoiva muovaa voimakkaasti kehittyvää hermojärjestelmää ja määrää, kuinka stressiä tulkitaan ja siihen vastataan tulevaisuudessa. Yksi tapa ilmaista tämä on sanoa, että vauvan hoitajiensa kanssa saamien tunnekokemusten laatu on ”biologisesti kirjattu elimistöön”.* (Gerhardt 2007, 79.) Vauvaiässä tunnekokemukset määräävät sen, miten automaattiset tunneperäiset ja fysiologiset reaktiotavat vakiintuvat aivoihin. Varhaisten kokemusten myötä elimistöömme muovautuvat myös odotukset normaalista perustasosta välittäjä-

aineiden kuten serotoniinin (auttaa rentoutumaan), kortisolin (stressihormoni) tai norepinefriinin (auttaa pysymään valppaana) tasosta. (Gerhardt 2007, 79.)

Apinakokeiden avulla on selvitetty muun muassa hoivan puute aivojen kehittymiselle. Emojen laiminlyömillä ja kurittamilla poikasilla kehittyi poikkeava aivojen serotoninisyteemi. Näillä poikasilla pitkäkestoiseen stressiin reagoiva stressiakseli kehittyi yliherkäksi ja ylireagoivaksi ja se jäi pysyväksi fysiologiseksi stressitilaksi. Kun stressihormonitasoa voidaan mitata (syljestä otettavalla näytteellä) ja huomataan, että se nousee vauvan kokeman pelon tai ikävän kokemuksen takia, ymmärretään vauvan stressitilaan vaikuttaa. (Keltikangas-Järvinen 2008, 202.)

Stressi vaikuttaa ihmisen toimintaan, selviytymiseen ja kehitykseen. Kosketuksella voimme lisätä tai vähentää fysiologista stressiä. Kosketus voi olla kiihottava, rentouttava tai tyynnyttävä. Rottakokeiden avulla on todettu, että paljon pentujaan nuolevien rottaemojen pennuille kehittyi hyvä stressinhallintakyky. Sillä ei ole merkitystä, onko pentu oma vai toisen rottaemon synnyttämä, koska myös adoptoidut poikaset oppivat säätelemään stressiä hyvin ja niistä tulee yhtä pelottomia ja rauhallisia kuin emon omista poikasista. Tutkimustuloksen mukaan poikaset hoitavat omia pentujaan sen mukaan, kuinka niitä itseään oli hoidettu vastasyntyneinä. Runsaan nuolemisen vaikutus voi välittyä jopa kolmanteen rottasukupolveen asti. Näillä havainnoilla voi olla merkittävä vaikutus vauvan ja vanhemman varhaista vuorovaikutussuhdetta ajatellen, sillä rottien ja ihmisten hermorakenteet ovat kehityksellisesti yhdenmukaisia. Myös ihmisillä tehdyt tutkimukset antavat selvää näyttöä kosketuksen määrän vaikutuksista hermoston kehittymiseen. (Mäkelä 2005, 1543 – 1544.)

Aikuisella on varhaisen vuorovaikutuksen aikana suunnaton vaikutus lapsen keskushermoston kasvuun ja koko myöhempään kehitykseen. Rauhoittava kosketus vähentää vauvan stressihormonien määrää ja näin vaikuttaa samalla aivojen toimintaan, niiden kehitykseen, vauvan oppimiskykyyn sekä keskushermoston kehitykseen. Eri-tyisesti varhaisessa vaiheessa saatu toistuva rauhoittava kosketus muovaa hermoston kehitystä pysyvästi. (Mäkelä 2005, 1545 – 1546.)

Mäkelä kirjoittaa aktiivisen koskettamisen vaikutuksista keskosiin. Vauvojen uni-valverytmi vahvistui ja painonnousu parani sekä sosiaalinen kiinnostuneisuus muita ihmisiä kohtaan oli suurempaa kuin verrokkiryhmän vauvoilla. Tutkimuksessa, jossa isät hieroivat vauvojaan, hieronta vahvisti isän ja vauvan välistä vuorovaikutusta sekä

lisäsi isän osallisuutta vauvan hoitoon. Jos äiti on masentunut, hieromalla ja koskemmalla vauvaansa hän voi vähentää, jopa poistaa omasta masennuksestaan johtuvan vauvan stressin, ja vahvistaa näin omaa ja vauvan välistä positiivista vuorovaikutusta. Vaikka tutkimuksia on tehty vähän, niissä on selvästi havaittu hieronnan myönteinen merkitys muun muassa lapsen keskittymiskykyyn, häiritsevän käyttäytymisen vähenemiseen sekä kognitiivisten suoritusten paranemiseen. (Mäkelä 2005, 1545 – 1546.)

Stressitilanteen ulkopuolisella hoivan laadulla on merkitystä vauvan stressiherkkyyden kehittymiseen. Lapsen saama hyvä hoiva ja äidin kyky rakentaa positiivista vuorovaikutusta muussa kuin lapsen kokemassa stressitilanteessa vaikuttaa suoraan ja voimakkaasti lapsen stressinsietokykyyn ja stressiherkkyyteen. Tutkimuksissa on huomattu, että vähän tai ei ollenkaan stressiä tuottava kasvuympäristö auttaa lasta selviytymään tulevista stressitilanteista. Stressikokemuksiin opettaminen ei auta lasta, vaan sitä matalampi stressitaso on aikuisena, mitä vähemmän stressiä on ollut lapsena. Positiivinen yhdessäolo ja lämmin vuorovaikutus vanhemman kanssa ovat yhteydessä vauvan matalaan fysiologiseen stressitasoon ja on paras suoja stressiherkkyyttä vastaan. Turvallinen mielikuvan, joka vauvalla on äidistä stressitilanteessa, auttaa lasta itseään estämään stressin syntymistä. (Keltikangas-Järvinen 2008, 205 – 206.)

Stressin sietokyky on jokaisella aikuisella erilainen, niin myös jokaisella vauvalla. Toiset ovat sitkeämpiä ja paremmin stressiä sietäviä, toiset hauraampia ja valtaosa näiden välistä. Vauva kykenee oppimaan ja vastaanottamaan uusia asioita, jos hän ei koe stressiä. Stressihormonit myös tuhoavat hermosolujen kehittyviä yhteyksiä. Jo lisäkoivojen kiihkeän kehityksen aikana voidaan tukea niiden elintoimintoja ohjaavaa kehitystä ja valmistaa niitä hallitsemaan stressiä paremmin kannattelemalla vauvaa ja antaa hänelle tarpeeksi fyysistä kosketusta sekä vuorovaikutusta. (Mäkelä 2003b, 112 – 113.)

Äidin reagointi vauvan stressiin voi olla myös äidin oman temperamenttipiirteen, sensitiivisyyden mukaista. Äidin huolestuminen ja epävarmuus voivat lisääntyä, jos vauva ei tyynnyttelyistä huolimatta rauhoitu. Vauvan stressireaktion kerran käynnistyttyä ei rauhoittelulla ja tyynnyttelyllä ole vaikutusta vaan fysiologinen stressi elää ja rauhoittuu omien fysiologisten lakiansa mukaan. Erityisesti vauvan ensimmäisten kuuden elinkuukauden aikana vauvan stressireaktio etenee omalla painollaan yhteydessä vauvan kortisolitasoon eikä äidin käytökseen. Itkevää vauvaa rauhoittaessaan vanhempia

voi lohduttaa tieto, etteivät he tee mitään väärin, vaan vauva ei ole vielä saavuttanut fysiologista tasapainoaan. (Keltikangas-Järvinen 2008, 202 – 204.)

Vauvan käytös ei aina kerro vauvan kokemasta stressitasosta eikä hän osoita stressiä samalla tavalla kuin aikuinen. Ylirauhallisuus, välinpitämättömyys, itseensä kääntyneisyys ja ympäristön torjuvuus voivat olla merkkejä vauvan stressistä. Tutkijoiden mukaan on huomioitava samalla sekä fysiologiset merkit, kuten stressihormonin nousu, että vauvan käyttäytyminen vauvan stressiherkkyyden selvittämiseksi. Kortisolitason selvittäminen erottaa vaikean ja haastavan temperamenttikäyttäytymisen stressiin reagoimisesta. Stressin seurauksena kohonnut stressihormonivaste on mitattavissa vauvalla vasta kuuden kuukauden iässä. Kortisolivasteen kehittymisen jälkeen vauvan itkujen on todettu vähenevän, sillä vauvan elimistöllä on nyt mahdollisuus tasapainottaa fysiologisia stressireaktioita. Vauva kehittyy ja hänen käytös muuttuu myös hoidosta riippumatta. (Keltikangas-Järvinen 2008, 200.)

5.3 Kortisolin ja stressin seuraukset

Stressivasteen muodostama stressihormoni kortisoli on tärkeä osa tunne-elämän muodostamisessa. Vauvan kortisolitasot pysyvät alhaisina vanhempien hoivan, kosketuksen, silittelyn, ruokkimisen ja sylissä keinutuksen avulla. Hoivan puutteessa stressin seurauksena vauvan hippokampuksessa, etuotsalohkon aivokuoressa ja stressivasteessa tapahtuu muutoksia. Liian korkea kortisolitaso aivojen varhaisessa kehitysvaiheessa vähentää vastaanottajasolujen määrää hippokampuksessa. Vastaanottajareseptorien vähentyessä kortisoli voi päästä häiritsemään hippokampuksen kasvua ja tuhota hermosoluja. Hippokampuksen toiminta häiriintyy ja tämä saattaa johtaa asioiden unohtamiseen, sillä hippokampuksella on keskeinen tehtävä oppimisessa ja muistamisessa. Aikuisilla, jotka ovat saaneet paljon hoivaa ja kosketusta varhaisessa lapsuudessaan, on huomattu olevan paljon kortisolireseptoreita hippokampuksessaan ja näin paremmat edellytykset vastata stressiin. (Gerhardt 2007, 77, 81.)

Limbsen järjestelmän alkeellisin keskus manteliumake toimii nisäkkäillä liskoaidojen ohjausyksikkönä ja keskeisimpänä pelko- ja hälytyskeskuksena. Sen tarkoitus on säätää yksilön hermosto ja elimistö ylisuorituksiin uhkaavan tilanteen edessä. Jos manteliumake on jatkuvasti hälytystilassa eikä sitä säädellä limbsen järjestelmän kypsymisen aikana, se kasvaa niin suureksi ja hallitsevaksi, etteivät korkeammat säätelykeskukset pysty sitä myöhemmin säätelemään, vaan yksilö joutuu herkästi pako-

kauhun valtaan kokiessaan uhkaa. Luottavaisessa kiintymyssuhteessa limbinen järjestelmä kypsyy, kehittyy ja toimii tasapainoisesti. (Mäkelä 2003b, 117.)

Aivojen oikea otsalohko käsittelee uusia ja häiritseviä ärsykeitä ja tuottaa pelokkuutta, ärtyvyyttä sekä vetäytymistä toisista. Lapsilla, joiden vanhemmat ovat ennakoimattomia, on oikea aivopuolisko aktivoitunut. He ovat jatkuvasti valppaita ja tarkkaavaisia yrittäessään tulkita vanhempiansa sanattomia viestejä ja heidän kortisolitasonsa on korkealla. Korkea kortisolitaso on puolestaan yhteydessä moniin aikuisiän tunneperäisiin häiriöihin, kuten masennukseen, ahdistuneisuuteen, itsemurhataipumukseen, syömishäiriöihin, alkoholismiin, liikalihavuuteen tai seksuaaliseen hyväksikäyttöön. Korkea kortisolitaso ei liity pelkästään psyykkisiin ongelmiin vaan se voi vaikuttaa kykyyn oppia, hallita käytöstä, heikentää vastustuskykyä tai olla osana diabeteksessa ja kohonneessa verenpaineessa. (Gerhardt 2007, 94 – 94.)

Jos lapsella on jatkuvasti stressi ja korkea kortisolitaso, jossain vaiheessa elimistö reagoi tähän sulkien kortisolia vastaanottavat reseptorit puolustautuen näin pitkittynyttä kortisolille altistumista vastaan. Varhaisessa elämänvaiheessa koetulla laiminlyönnillä ja hoivan puutteella näyttäisi olevan yhteys tähän ilmiöön. Liian matala kortisolitaso on erityisesti varhaislapsuudessa yleisempää kuin tähän asti on uskottu ja sillä on yhteys moniin häiriöihin. Tukahduttaakseen tuskalliset kokemukset elimistö siirtyy matalan kortisolitason käyttöön. Tämä voi johtaa tunteiden turruttamiseen ja jopa disosiaatioon (tunteiden tiedostamattomaan erottamiseen muusta kokemuksesta), josta seuraa passiivinen sopeutuminen sekä stressaaviin että iloiseihin kokemuksiin. Tunteiden tukahduttaminen voi johtaa myös tunteiden hallitsemattomaan purkautumiseen. Erityisesti liian alhainen kortisolitaso on yhteydessä traumaperäiseen stressihäiriöön, ja sillä on yhteys myös psykosomaattisiin tiloihin kuten krooniseen väsymystilaan, astmaan, allergioihin tai niveltulehdukseen. (Gerhardt 2007, 96 – 98.)

Tunne-elämän rakenteessa stressivasteella on iso rooli. Stressivaste auttaa meitä niin fysiologisesti kuin psykologisestikin ja muistuttaa vahvaa immuunijärjestelmää, joka tuottaa perusvastustuskyvyn. Hyvä hoiva, huomio ja kosketus varhaislapsuudessa antavat vauvalle tunneperäisen vastustuskyvyn. Vanhempien ja lapsen välisen vuorovaikutussuhteen laatu muokkaa stressivastetta ja silloin, kun vauva saa hoivaa ja huolenpitoa, stressivasteesta kehittyy hyvä ja vahva. (Gerhardt 2007, 100.)

5.4 Vauvan emotionaalisuus ja stressiherkkyys

Keltikangas-Järvinen (2008, 125–127) kirjoittaa temperamenttipiirteiden teoriasta, jossa emotionaalisuus tarkoittaa stressiherkkyttä. Pienellä vauvalla emotionaalisuus näkyy hyvin selkeästi vauvan herkkyydessä reagoida ikävään oloon pelolla tai kiukulla. Uusiin tilanteisiin kuten yksin jäämiseen, uusiin ihmisiin, pimeässä heräämiseen tai voimakkaisiin valoihin ja ääniin reagoiminen riippuu synnynnäisestä emotionaalisuuden asteen määrästä. Tämä määrää vauvan reaktioherkkyyden ja reaktion voimakkuuden. Vauva reagoi uuteen tilanteeseen voimakkaalla itkulla, mutta jos itkuun ei vastata, vauva tietää, että itku on turha, ja hän vetäytyy itseensä. Vauva, jolla on korkea emotionaalisuus, tarvitsee paljon aikuisen apua tyyntyäkseen ja rauhoittuakseen. Hyvin emotionaalinen vauva tarvitsee paljon sylissä pitämistä, sillä hänellä ei ole kykyä oppia rauhoittumaan yksinään tai tottumaan yksinoloon. Myös temperamenttiset erot ohjaavat vauvojen tarvetta aikuisten rauhoittavasta vaikutuksesta. Kasvatuksella vanhemmat eivät saa aikaan tätä tarvetta vauvalle. Emotionaalisuuden ymmärtäminen on tärkeää, sillä se voi vaikuttaa vauvan stressiherkkyyteen aikuisiälle asti.

Vanhemmat muovaavat vauvan lopullista stressiherkkyttä. Pelokas ja säikky vauva vaatii vanhemmalta paljon enemmän hoivaa kuin synnynnäisesti rauhallinen lapsi. Hyvän ymmärryksen ja hoivan avulla hyvinkin emotionaalisista lapsista tulee rohkeita aikuisia. Lapsen stressi syntyy lapsen temperamentin ja ympäristön vaatimusten välisestä ristiriidasta. Lapselta puuttuu aikuisten selviytymiskeinot ja usein stressi purkautuu käytöshäiriöinä. Vanhemmat tarvitsevatkin selkeitä neuvoja ja ohjeita, mitä tehdä vaativan lapsen kanssa. Toisten kokemukset eivät aina toimi oman lapsen kanssa ja tueksi on hyvä saada kehityspsykologista tietoa, sillä kaikki lapset käyvät läpi yhteisen kehitysprosessin oman yksilöllisen kehitysvauhtinsa mukaan. Äiti voi hyvin luottaa omaan vaistoonsa vauvansa tarpeita tyydyttääkseen. (Keltikangas-Järvinen 2008, 128–130, 197.)

5.5 Vanhemman stressin ja lapsen temperamentin vaikutukset toisiinsa

Niina Komsin on tarkastellut pitkittäistutkimuksessaan lapsen temperamentin ja vanhemman stressitason kaksisuuntaista vaikutusta. Komsin tutkimuksen mukaan lapsen temperamentti voi lievittää vanhemman kokemaan stressiä. Vanhemman neuroottisuus ja masennus voivat aiheuttaa sen, että vanhempi yrittää vetäytyä vuorovaikutustilanteista pois. Huolimatta äidin stressin määrästä eläväinen ja aloitekykyinen lapsi vaatii

äidin huomion ja pystyy pitämään äidin vuorovaikutuksessa kanssaan. Äidille aktiiviseen ja energiseen lapseen keskittyminen voi olla keino unohtaa muut huolet. Aktiivinen lapsi ei myöskään anna vanhemmalle niin paljon huolen aihetta kuin haavoittuva, ujo, arka tai pelokas lapsi. Tutkimuksen mukaan viiden vuoden jälkeen masennus väheni sellaisilla vanhemmilla, joiden mielestä heidän lapsellaan oli korkeampi aktiivisuustaso. Tutkimustuloksen mukaan lapsen aktiivisuudella on merkittävä ja suotuinen vaikutus vanhemman ja lapsen välisessä vuorovaikutussuhteessa. (Komsin 2009, 72.)

Komsin tutkimuksen mukaan äidin stressi näyttäisi vaikuttavan merkittävästi enemmän lapsen luonteenkehitykseen vauvaiästä keskilapsuuteen kuin lapsen temperamentti äidin stressiin. Äidin stressi laskee lapsen keskittymis- ja rauhoittumiskykyä sekä lisää lapsen vihaisuutta. Lisäksi äidin stressi lisää lapsen negatiivista affektiivisuutta kuten pelokkuutta, ujoutta, surullisuutta ja epämukavuutta. (Komsin 2009, 72 – 73.)

6 KIINTYMYSSUHTEEN VAKIINTUMINEN

Vauva kiinnittyy vanhempaansa, joka omistautuu vauvalle ja säilyttää häneen fyysisen sekä psyykkisen yhteyden. Vanhemmalta vaaditaan riittävää läsnäoloa vauvan ensimmäisen elinvuoden aikana. Vastasyntynyt vauva oppii nimittäin tunnistamaan häntä päivittäin ja toistuvasti hoivaavan aikuisen kädet ja sylin. Rutiinien ja toistuvien tilanteiden ansiosta vauva kokee jatkuvuuden tunteen. Vanhemman toistuvasti saatavilla olo arjen hoivatilanteissa on oleellista. Vauva voi kiinnittyä synnynnäisen kykynsä ansiosta myös useampaan häntä hoivaavaan henkilöön, jos he vaan ovat ajallisesti tarpeeksi läsnä. Perheessä, jossa vauvaa hoivaa äiti ja isä, vauva muodostaa kiintymyssuhteensa heihin molempiin. Kiintymyssuhde vaikuttaa lapsen elämään ja kerran synnyttyään se säilyy aina. Lapsen kaippuu omaa vanhempaansa kohtaan lapsena tai aikuisiässä ei katoa koskaan, ei edes oman vanhemman kuoltua. (Salo 2006, 45 – 46; Silvén & Kouvo 2010, 70 – 71.)

6.1 Kiintymysmallit

Mary Ainsworthin seurasi äitien ja heidän 12- 18 kuukauden ikäisten lasten välistä vuorovaikutusta, jonka kautta hän pystyi määrittelemään toistuvia vuorovaikutusmalleja. Hän kehitti tutkimusmenetelmän kiintymyssuhde-erojen havaitsemiseksi. Tutkimus tunnetaan nimellä vierastilannetutkimus (Strange Situation Test). Vierastilanne-

tutkimus koostuu seitsemästä muutaman minuutin mittaisesta jaksosta, joita videoidaan. Äiti ja lapsi tulevat tutkimushuoneeseen, jossa heitä odottaa vieras naispuolinen henkilö. Äiti ja tutkija alkavat juttelemaan tuttavallisesti, jolloin lapsi huomaa, että vieras henkilö ei ole vaarallinen eikä häntä tarvitse pelätä. Lapsi on vapaassa leikkitalanteessa vuorotellen ja yhdessä äidin ja vieraan aikuisen kanssa. Äiti lähtee pois lapsen näköetäisyydeltä, mutta vieras aikuinen on läsnä. Myöhemmin tutkimuksen edetessä lapsi jää hetkellisesti yksin huoneeseen. (Broberg ym. 2005, 129; Salo 2006, 63; Sinkkonen 2001, 41.)

Vierastilanne – menetelmän tarkoituksena on havainnoida lapsen tapaa käyttää omaa äitiä turvapesänä (secure base), kun lapsen stressi kasvaa vuorovaikutustilanteiden muuttuessa. Tilanteen arviointiin sisältyy tarkat lapsen käyttäytymisseurantaan liittyvät piirteet. Videolta tilannetta jälkeenpäin katsottaessa arvioidaan lapsen käyttäytymistä ja tunnetiloissa tapahtuvia muutoksia vanhemman ollessa läsnä ja poistuessa lapsen näköetäisyydeltä. Tilanteessa arvioidaan myös lapsen reagointia, kun äiti palaa huoneeseen. Lapsen ja äidin välinen vuorovaikutus luokitellaan vuorovaikutusdialogissa esille tulleiden tyypillisten käyttäytymistapojen pohjalta. Ainsworth on yhdessä tutkimusryhmänsä kanssa havainnoinut lapsen pyrkimystä ylläpitää ja varmistaa kiintymyksensä kohteena olevan henkilön saatavillaoloa kolmen eri kiintymysmallin mukaisesti. Näitä kiintymysmalleja ovat turvallinen, välttelevä sekä ristiriitainen kiintyminen. Kiintymysmallit ovat lapsen sisäisiä työmalleja suhteessa vanhemman kanssa olemiseen. (Hautamäki 2001, 35; Sinkkonen 2003, 95.)

6.1.1 Turvallinen kiintyminen

Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsi voi käyttää vanhempaansa turvallisena tukikohtana, ”turvapesänä”. Lapsi voi vapaasti ja uteliaasti tutkia ympäröivää maailmaa, tietäen, että turvallisen vanhemman luokse voi aina palata. Lapsi palaa vanhemman luokse ”tankkaamaan” turvaa, jotta voi taas lähteä seuraavalle tutkimusmatkalle. Lapsi siis vuoroin tutkii maailmaa ja vuoroin hakee turvaa. Länsimaista saatujen tutkimusten mukaan 60 – 70 prosenttia yksivuotiaista pikkulapsista on kiintynyt turvallisesti ainakin toiseen vanhempaansa. (Broberg ym. 2005, 130.)

Vierastilannetutkimuksessa turvallisesti kiintynyt lapsi reagoi tunteikkaasti erotilanteeseen. Lapsi on mielellään äidin lähellä ja tämän lähdettyä huoneesta lapsi puhkeaa

itkuun ja yrittää mennä äidin perään. Äidin ollessa pois huoneesta, lapsi saattaa hakea läheisyyttä vieraasta ihmisestä. Lapsi saattaa mennä tämän syliin, mutta on siinä hie-
man kiusaantuneena ja varuillaan olevana. Lapsi ajattelee sen olevan parempi kuin ei
mitään, mutta siltikin odottaa oman äidin läheisyyteen pääsyä. Äidin palatessa huo-
neeseen, lapsi menee äidin lähelle tai syliin, hymyilee sekä äänтелеe hänelle. (Sinkko-
nen 2001, 42; Sinkkonen 2003, 95.)

Turvallisesti kiintynyt lapsi tietää, että voi näyttää kaikki tunteet avoimesti, myös kiel-
teiset sellaiset. Lapsi tietää saavansa hoivaa ja lohdutusta sellaisen tilanteen vaatiessa.
Lapsi rauhoittuu nopeasti äidin sylissä ja läheisyydessä, ja pystyy melko nopeasti jat-
kamaan leikkejä. Lapsi luottaa täysin äidin saatavilla oloon ja ennakoitavaan käyttäy-
tymiseen, sillä hänen tarpeisiinsa ja hoivan saatavuuteen on vastattu. Turvallisesti
kiintyneellä lapsella on melko paljon voimavaroja ja kiinnostusta itsenäiseen ympäris-
tön tutkimiseen ja oppimiseen, sillä lapsen ei tarvitse stressata vanhemman hoivan ja
huomion saatavuutta. Lapsen muistissa on riittävästi turvaa tuottavia vuorovaikutus-
mielikuvia, jotta hän voi luottaa hoitajan palaamiseen ja huolenpitoon. (Salo 2006, 62;
Silvén & Kouvo 2010, 75; Sinkkonen 2001, 44.)

6.1.2 Välttelevä kiintyminen

Turvattoman kiintymisen kiintymystyyppeihin kuuluvat välttelevä ja ristiriitainen
kiintyminen. Välttelevän kiintymisen tunnusmerkkinä on lapsen käytöksestä ilmennyt
piirre, ettei hän osoita mitään tarvetta käyttää vanhempaa turvallisena tukikohtana.
Lapsi oppii tuntemaan häntä hoitavan aikuisen käytöstä ja toimii itse sen mukaisesti.
Lapsi oppii olla ilmaiseematta lohdun tai hoivan tarvetta, sillä vanhemman reagointi ti-
lanteeseen on välttelevä. Lapsi oppii siis pitämään erilaiset tarpeensa mm. hoivan ja
läheisyyden sisällään. (Broberg ym. 2005, 130.)

Vierastilannetutkimuksessa välttelevästi kiintynyt lapsi suhtautuu tyynesti äidin pois-
tumiseen huoneesta. Lapsi saattaa ilmaista pienen hätääntyneen äännähdyksen, muttei
kuitenkaan ala itkemään eikä myöskään lähde äidin perään. Äidin palattua huoneeseen
lapsi ilahtuu, mutta ei tavoittele äidin läheisyyteen ainakaan heti. Lapsi selvästikin hil-
litsee tunnekuohunsa ja lähestyy äitiä vasta hetken kuluttua esim. jonkin lelun kanssa,
jolloin lelu toimii yhteisenä kiinnostuksen kohteena. (Sinkkonen 2001, 42; Sinkkonen
2003, 96.)

Välittelevästi kiintynyt lapsi luottaa äitiin, mutta tietää, ettei häneen kannata vedota tunteilemalla. Äidit eivät kannusta lasta tulemaan luokseen ja lähelleen eivätkä myöskään näytä tuntevansa erityistä mielihyvää ollessaan fyysisesti läheisessä kontaktissa lapsensa kanssa. Lapsen voimavaroja kuluttaa suuresti omien todellisten tunteiden peittely ja vanhemman tunnetilojen valpas havainnointi. (Sinkkonen 2001, 45.)

6.1.3 Ristiriitainen kiintyminen

Ristiriitaisessa kiintymyssuhteessa lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus on herkkätuntoista. Siinä vanhempi kuitenkin toimii ennakkoimattomasti, jolloin lapsen on vaikea oppia ”lukemaan” vanhemman antamia viestejä. Ristiriitaisessa kiintymyssuhteessa vuorovaikutus tapahtuu aikuisen ehdoilla, aikuinen on huolehtiva ja hyvä vanhempi silloin, kun hänelle sopii. Lapsen lähettämät viestit mm. perustarpeista ohjaavat vanhempaa huomattavasti vähemmän kuin turvallisesti kiintyneen lapsen vanhempaa. Lapsi ei opi tunnistamaan vanhemman käytöksestä, että hän voi esille tuomillaan tarpeillaan ja signaaleilla itsekin säädellä vuorovaikutusta vanhemman kanssa. Tilanteet ja lapsen tarpeisiin vastaaminen tapahtuu aikuisen vallan mukaan, riippuen reagoiko hän vauvan viestittämiin seikkoihin. Lapsi saattaa vahtia vanhempaansa ja tämän liikkeitä tarkemmin, kaivaten läheisyyttä ja turvaa, varmistaen itselleen turvan todellisen vaaran uhatessa. (Broberg ym. 2005, 131.)

Ristiriitaisesti kiintynyt lapsi reagoi vierastilannetutkimuksessa kaikkein tunnepitoisimmin. Lapsen ei ole hyvä olla äidin ollessa läsnä eikä hänen ollessa poissa. Lapsi saattaa pyrkiä syliin, mutta kitisee ja kiehnää sinne päästyään. Huoneessa oleviin leluihin lapsi ei oikein osaa keskittyä. Äidin lähtiessä huoneesta pois lapsi alkaa itkeä voimakkaasti eikä vieraan ihmisen lohdutus auta lasta yhtään. Äidin tullessa takaisin huoneeseen lapsi saattaa jatkaa itkemistään vielä jonkin aikaa, vaikka äiti lohduttaisi lasta ja ottaisi hänet syliin. (Sinkkonen 2001, 42 – 43.)

Ristiriitaisesti kiinnittyneiden lasten äidit ovat ailahtelevia ja toisinaan epäjohdonmukaisia. Äidin käytös ei ole samoissa tilanteissa toistuvaa, joten lapsi ei pysty tietämään, mitä äiti aikoo seuraavaksi tehdä. Lapsi itkee ja kiukuttelee saadakseen äidin huomion ja saattaa saada sen lopulta vaadittuaan sitä jonkin aikaa. Lapsi näyttää tunteensa voimakkaasti, jotta varmasti tulisi kuulluksi vanhemman silmissä. Lapsi käyt-

täytyy toisaalta takertuvasti, mutta toisaalta vihamielisesti. Lapsen kyky säädellä tunteitaan on heiveröinen. Lapsi ei tutustu ympäristöönsä ja sen tarjoamiin opettavaisiin seikkoihin, jolloin lapsen tiedollinen kehitys jää puutteelliseksi. Epävarmuus vanhemman saatavilla olosta ja läsnäolosta laukaisee voimakkaan, ristiriitaisen tunnelatauksen sisältävän kiinnittymiskäyttäytymisen. (Salo 2006, 62 – 63; Sinkkonen 2001, 45.)

6.1.4 Jäsentymätön kiintyminen

Ainsworthin tekemien tutkimusten pohjalta Mary Main kiinnitti huomiota, että monia lapsia ei pystytty luokittelemaan tiettyyn yhteen eli turvalliseen, välttelevään tai ristiriitaiseen kiintymiseen. Tämän seurauksena muodotui määritelmä jäsentymätön tai organisoitumaton kiintyminen, jossa vanhemman ja lapsen vuorovaikutussuhde pohjautuu paljolti pelolle. Vauva käyttäytyy pelokkaasti, oudosti ja äärimmäisen ristiriitaisesti. Lapsen ollessa pitkän ajan erossa vanhemmastaan, hänen kiintymyksensä tarve ei häviä mihinkään, vaikkakin kiintymyksen kohde eli vanhempi katoaa. (Broberg ym. 2005, 131; Silvén & Kouvo 2010, 77.)

Kun kyseessä on jäsentymätön kiintymyssuhde, kiinnittymisstrategia puuttuu lapselta täysin. Hän saattaa hetkellisesti hakea voimakkaastikin huomiota vanhemmaltaan ja sitten jo seuraavassa hetkessä kääntyy pois tai vaihtaa konttaamisen suuntaa. Jäsentymätön kiinnittyminen voi näkyä kaavamaisesti toistuvina toimintoina tai omituisina asentoina. Jäsentymättömästi kiintynyt lapsi on kasvanut perheessä, jossa on esiintynyt useita traumaattisia elämäkokemuksia. Lapsi on saattanut kokea mm. laiminlyöntiä, hyljeksintää tai pahoinpitelyä vanhemman suunnalta. Lapsi saattaa pelätä vanhempaansa, ja se vaikuttaa myös lapsen käytökseen. Kun vanhempi on pelon lähde, lapsi ei voi hakea vanhemmaltaan lohdutusta. (Silvén & Kouvo 2010, 78; Tuovila 2008, 38.)

6.2 Lapsen tiedonkäsittelytyylit

Bowlbyn mukaan lapsen muodostama kiintymysmalli vanhempaansa voi sulkea tärkeää informaatiota havaitsemisen ja tulkinnan piiristä pois, jos vuorovaikutus ensisijaisesti hoitavan vanhemman kanssa näin edellyttää. Eri lapset omaksuvat erilaisia kiintymysstrategioita, joiden kautta voidaankin selvittää yksilöiden välisiä eroja kiintymystä koskevan tiedon vastaanottamisesta ja käsittelemisestä. Lapsen omaksuma

kiinnittymistyyli vaikuttaa siihen, millaiselle informaatiolle lapsi on avoimempi ja millaiselle puolestaan sulkee silmänsä. Luottavainen lapsi oppii käyttämään tunnesignaalia niin omien sisäisten tilojensa arvioinnissa kuin motivaatioperusteena suhteestaan ympäristöön. Lapsen kyetessä avoimesti näyttämään tunnepitoisia signaaleja, helpottuu kommunikaatio vanhemman kanssa, johon lapsi on kiinnittymässä. Lapsi oppii, miten eri tavat pitää yllä vanhemman saatavilla oloa toimivat ja miten lapsi itse voi ennakoida ja säädellä omaa tulevaa kiinnittymiskäyttäytymistä. (Hautamäki 2001, 38 – 39.)

6.3 Kiintymistyyli ja temperamentti

Temperamenttitutkimuksen myötä on noussut esiin kysymyksiä siitä, missä määrin lapsen synnynnäiset temperamenttipiirteet vaikuttavat kiintymyssuhteen syntyyn, miten ne vaikuttavat ja milloin mahdollinen vaikutus alkaa. Uusimpien tutkimusten mukaan turvallinen ja turvaton kiintymyssuhde voivat olla myös lapsen ominaisuuksia, eivät pelkästään riippuvaisia vanhemman emotionaalisesta kyvystä vastata lapsen tarpeisiin. Jo muutaman kuukauden ikäisillä vauvoilla on huomattu kiintymyssuhteessa eroja, ja tämä tukisi sitä oletusta, että jokaisella vauvalla voisi olla oma erityinen temperamenttiin liittyvä lähtötilanne. Perinteisellä ”Ainsworth Strange Situation” –testillä voidaan temperamenttitutkijoiden mukaan mitata yhtä hyvin kiintymyssuhteen turvallisuuden lisäksi lapsen temperamenttia ja nimenomaan temperamentin määräämää reaktiota stressiin. Tällöin kiintymyssuhteen syntyminen olisi vuorovaikutusta, johon lapsen synnynnäiset ominaisuudet vaikuttavat kahdella tavalla. Vauvan temperamenttipiirteet vaikuttavat siihen, miten vanhempi reagoi ja minkälaista hoivaa hän antaa sekä siihen, miten vauva kokee ja tulkitsee saamansa hoivan. (Keltikangas-Järvinen 2004, 187.)

Turvallisen ja turvattoman kiintymyssuhteen luokitus on samankaltainen kuin temperamenttiluokitus, ja näin kiintymyssuhde voitaisiin selittää myös temperamenttiteorian mukaisesti. Aikaisemmin mainitut temperamenttitutkijat Buss ja Plomin huomasivat turvallisesti kiintyneiden vauvojen olevan temperamenttiltaan sosiaalisia, positiivisesti emotionaalisia ja synnynnäisesti taipuvaisia hyväntuulisuuteen. Vauvat huomioivat herkästi ympäristöstä tulevan positiivisen palautteen ja tulkitsivat sen myönteisesti. Välttelevästi kiintyneet vauvat eivät olleet yhtä sosiaalisia kuin turvallisesti kiintyneet. He eivät myöskään huomanneet ympäristön antamaan positiivista palautetta. Lisäksi

vauvat olivat voimakkaasti emotionaalisia ja heillä oli taipumusta pelkoon ja vihaan. Tästä tutkijat päättelivät, että temperamentilla on olennainen vaikutus kiintymyssuhteeseen ja että temperamentti määräisi reunaehdoja kiintymyssuhteen muodostumiselle. (Keltikangas-Järvinen 2004, 192.)

Yksi kiintymyssuhteen muodostumisen tärkeimmistä lähtökohdista on se, miten hoitaja suhtautuu lapseen ja kuinka myönteisesti tai kielteisesti lapsi suhtautuu hoitajansa antamaan hoivaan. Temperamenttipiirteistä negatiivisella emotionaalisuudella on tutkimusten mukaan tärkeä osa kiintymyssuhteen muodostumisessa. Vanhemman sensitiivisyys tai hoivan laatu ei aina auta luomaan vauvalle turvallista suhdetta, ja ärtyisiä ja huonotuulinen lapsi suhtautuu negatiivisesti ympäristöönsä huolimatta vanhemman hoivasta. Vanhemman yrityksistä huolimatta lapsi ei rauhoitu, ja vanhempi väsyvä vastamaan lapsen tarpeisiin. Vanhemman on vaikea erottaa lapsen itkun tarkoitusta tai hoivan tarvetta, mikä puolestaan voi vähentää vanhemman sensitiivisyyttä. Lisäksi herkkä lapsi saattaa tulkita kaiken vanhemman antaman hoivan väärin. Temperamentti voi siis estää vanhempaa luomasta lapselleen turvallisen luottamuksen vieraisiin aikuisiin, ja lapsi on läpi elämänsä luonteensa mukaisesti ujo ja varautunut. (Keltikangas-Järvinen 2004, 193, 195.)

6.4 Vanhempien kiintymysmallit ja niiden yhteys lapsen temperamenttiin

Mary Main on kehittänyt aikuisten kiintymyssuhteita koskevan haastattelumenetelmän eli Adult Attachment Interview'n (AAI). Siinä pyritään kiintymyssuhdetta koskevien ja oletusmalleiksi organisoituvien työmallien erittelyyn ja tarkentamiseen. Haastattelussa koehenkilö kohdentaa huomionsa sisäisiin työmalleihin, sekä tuo esille niihin sisältyvää tietoa ja tutkii itse näin tuotetun tiedon johdonmukaisuutta ja pätevyyttä. Tarkoituksena on saada haastateltava pohtimaan oman lapsuutensa mielikuvia, lapsuuden ajan sekä tämän hetkisiin kiintymyssuhteisiin sisältyviä mielikuvia ja tunnetiloja. Haastateltavan tulee pohtia, mitä ne ovat merkinneet hänen omalle kehitykselleen lapsena sekä tämän hetkisessä tilanteessa vanhempana. Vanhempi pystyy pohtimaan eri muistijärjestelmien sisältämää informaatiota ja yhdistämään niitä. Haastattelun myötä kysymykset saattavat herättää vanhemmassa tuskallisia ja epämiellyttäviä mielikuvia. (Hautamäki 2001, 42 – 43.)

Turvallisesti kiintynyt haastateltava pystyy kuvaamaan uskottavalla ja samalla johdonmukaisella tavalla vaikeita, sekä mukavia ja miellyttäviä elämänsä vaiheita. Kun ihmisellä on kosketus eri muistijärjestelmien informaatioon, hän kykenee suhteuttamaan niitä mielessään, yhdistämään sekä kognitiivista että emotionaalista informaatiota. AAI:n turvallisessa kiintymyksessä tämä näkyy haastateltavan etenemisessä tarinassaan loogisesti, pystyen yhdistämään informaatiota sekä semanttisesta, episodisesta, proseduraalisesta että kuvallisesta muistijärjestelmästä. (Hautamäki 2001, 43.)

Välttelevä kiinnittyminen näkyy haastattelussa kiintymyssuhteisiin liittyvien tunnekokemusten vähäisyytenä. Haastattelu etenee hajanaisesti ja haastateltava ei pysty saamaan mieleensä konkreettisia tilanteita, joiden kautta hän voisi havainnollistaa ihannoivia kuvauksia vanhemmistaan. Välttelevästi kiintynyt vanhempi pystyy muistamaan proseduraalisen sekä semanttisen muistijärjestelmien informaatiota, mutta samalla välttää sellaisten tilanteiden ja mielikuvien mieleen palauttamista, jotka jollakin tapaa kyseenalaistavat ihannoivia yleistyksiä, jotka liittyvät hänen vanhempiinsa. Haastateltava saattaa esim. tuoda ilmi, että häntä on pahoinpidelty lapsena, mutta saattaa todeta tämän jälkeen, että siihen aikaan kaikki lapset saivat remmistä. Välttelevästi kiintynyt haastateltava saattaa herkästi syyllistää itseään. (Hautamäki 2001, 43 – 44.)

Takertuneesti lapsuuden kokemuksiin kiinnittynyt haastateltava etenee välttelevän kiinnittymisen tavoin hajanaisena. Haastattelu saattaa edetä vauhdilla jopa vyöryen, sisältäen vahvan tunnelatauksen. Haastateltava on juuttunut voimakkaasti lapsuuden kokemuksiin ja mielikuviin, hän saattaa syytellä muita tai asettua itse uhriksi. (Hautamäki 2001, 44.)

AAI -haastattelun mukaan takertuvasti kiinnittynyt ihminen nostaa minäkeskeisesti esille oman perspektiivin, piittaamatta muiden läheisten ihmisten näkökannoista ja tunteista. Välttelevästi kiinnittynyt elää puolestaan edelleen vanhempiensa määrittelemien perspektiivien ja odotusten mukaisesti. Mutta turvallisesti kiintynyt pystyy haastattelussa niin menneessä ajassa kuin nykyisyydessäkin yhdistämään ja integroimaan nämä kaksi perspektiiviä. (Hautamäki 2001, 45.)

Tutkimusten mukaan vanhemmat havainnoivat lapsensa temperamenttia yksilöllisesti ja omien kokemustensa kautta. Nämä vanhempien havainnot ennustavat lapsen tulevaa kehitystä paremmin kuin ulkopuolisten tekemät huomiot ja vanhempien näkemykset lapsen temperamentista ohjaavat vanhempien omaa vuorovaikutusta lapsen kanssa.

Anu-Katriina Pesonen on omissa tutkimuksissaan havainnut, että vanhemman turvaton kiintymystyyli ennustaa lapsen pelokkuutta, negatiivista emotionaalisuutta ja turhautumisalttiutta. Tutkimuksen mukaan puolison kiintymystyyli muokkaa vanhemman havaintoja lapsen temperamentista. Lisäksi lapsen omat arviot omasta temperamentistaan aikuisiässä ovat yhtenevät äidin havaintoon lapsen temperamentista vauvaiässä. (Pesonen 2004, 38 – 39, 44.)

Tutkimuksissaan Pesonen löysi selvän yhteyden vanhemman masennusoireiden ja lapsen temperamentin välillä. Sen mukaan vanhemman masennusoireilla on vahvempi yhteys lapsen negatiiviseen emotionaalisuuteen ja pelokkuuteen kuin vanhemman turvattomalla kiintymystyyllillä. Vanhemman masennus vaikuttaa lapseen myös niin, että lapsi hymyilee ja nauraa vähemmän. Jos molemmilla vanhemmilla on masennusoireita, vaikutus lapseen on vahvempi. (Pesonen 2004, 40.)

6.5 Kiintymyssuhteen merkitys myöhemmässä elämässä

Kiintymyssuhteen ominaisuuksilla ja luonteella on vaikutusta myös lapsen myöhemmässä kehityksessä ja elämässä, puhumattakaan sen merkityksestä murrosiässä tai aikuisuudessa. Kiintymyssuhteen laadulla on merkitystä myöhemmän sosiaalisen ja emotionaalisen kehityksen kannalta. Vanhemman ja lapsen välinen kiintymyssuhde on synnyttänyt lapselle kiintymyssuojan, joka auttaa lasta säilyttämään kyvyn läheiseen vuorovaikutukseen. Kiintymyssuoja auttaa ja tukee lasta sekä nuorta itsenäisyyteen ja itsenäistymisessä. Varhaislapsuuden vuorovaikutuskokemukset, joiden myötä kiintymyssuhde on muotoutunut, vaikuttavat lapsen kasvaessa hänen myöhempiin ihmissuhteisiin. (Salo 2006, 72 – 73.)

Lapsuusiän kokemusten ja aikuisena läsnä vallitsevien kiintymyssuhdemallien jatkuvuus on melko vahva ja pysyvä. Kiintymyssuhdemallin on arveltu olevan sama n. 60 – 80 prosentilla tutkituista. Jos lapsuudessa on kehittynyt turvallinen kiintymyssuhdemalli, tunnistaa aikuisena tunteensa, osaa tulkita toisten ilmaistuja tunteita ja pystyy pohtimaan ja käsittelemään näitä asioita mielessään. Turvallisesti kiinnittynyt lapsi eli aikuisiässä autonomisesti kiinnittynyt aikuinen pystyy toimimaan jäsentyneesti ihmissuhteissa. Turvallisesti kiintynyt lapsi on osannut lapsuudessaan ilmaista tunteitaan avoimesti, aikuisiässä hän kykenee monipuolisesti kuvailemaan lapsuuden tunnesidettään vanhempiinsa. (Salo 2006, 72 – 73.)

7 ”RAKASTA MINUT VAHVAKSI” – OPPAAN TEKEMINEN

7.1 Oppaan suunnittelu

Toiminnallisen päättötyön tekeminen on ollut molempien ajatuksissa koko opintojen ajan. Vauvan ja vanhemman varhainen vuorovaikutussuhde alkoi kiinnostaa meitä Sosiaalipedagoginen työote perhetyössä -kurssin aikana. Keskustellessamme erään tuoreen äidin kanssa hänen kokemuksistaan neuvolan tarjoamasta avusta ja tiedosta äitiyden alkutaipaleella selvisi, ettei vauvan ja vanhemman varhaisesta vuorovaikutussuhteesta oltu keskusteltu neivolakäyntien aikana. Samalla pohdimme sitä, mitä voisimme tehdä, jotta varhainen vuorovaikutussuhde otettaisiin puheeksi neuvolassa. Ajatus oppaan tekemisestä syntyi keskustelun yhteydessä huhtikuussa 2009.

Varhaisesta vuorovaikutussuhteesta on jo olemassa paljon tietoa niin kirjallisuudessa kuin terveydenhoitajilla itsellään. Selkeä opas puuttui ainakin paikkakuntamme neuvoloista. Yksi lähtökohta opinnäytetyöllemme oli, että opas voisi toimia hyvänä ja helposti lähestyttävänä keskustelun avaajana terveydenhoitajalle. Toivomme, että voisimme jakaa opasta myös muille terveydenhuollon ja sosiaalialan ammattilaisille, muun muassa alueen muihin neuvoloihin, perhepuistoihin ja perhetukikeskukseen.

Huhtikuun ja syyskuun välisen ajan tutustuimme lähdekirjallisuuteen sekä pohdimme sitä, millaisia kuvia oppaaseen haluaisimme. Olimme yhteydessä tuntemaamme muotoilun koulutusohjelmassa opiskelevaan Tytti Hermuseen. Hän lupautui kuvittamaan oppaamme. Kävimme myös neuvolassa keskustelemassa terveydenhoitaja Päivi Kekin kanssa tulevan oppaan sisällöstä. Saimme häneltä ajattelun aihetta tulevan oppaan tekoon, sillä hänellä on vuosien työkokemus ja ammattitaito lastenneuvolatyöstä. Hankkeistamissopimus Mäyränkorven neuvolan kanssa tehtiin 27.10.2009.

Vaikka kyse oli määrällisesti ja kooltaan pienen oppaan painamisesta, tarvitsimme rahoittajan. Lähetimme 16.9.2009 Neuvolatyön kehittämis- ja tutkimuskeskukselle yhteistyökyselyn, jossa tiedustelimme heidän kiinnostustaan osallistua projektimme rahoittajaksi. Emme saaneet vastausta heiltä, joten lähetimme stipendianomuksen Kymmin 100-vuotissäätiölle marraskuussa 2009.

Marraskuun aikana suunnittelimme oppaamme kuvitusta. Mietimme, millainen tunnelma ja väritys kuvissa voisi olla, mitä kuvissa näkyy ja millaisia ajatuksia erilaiset

kuvat herättäisivät lukijassa. Päädyimme värityksessä ruskean ja siniturkoosiin välttääksemme liian hempeää vaikutusta. Etsimme kuvituksen aiheita siitä lähtökohdasta, että niissä olisi sekä konkreettinen että symbolinen merkitys. Kuvittajamme Tytti Hermunen oli aiheesta heti innoissaan, ja yhteinen sävel alkoi hahmottua kuvien suhteeseen.

Tiedustelimme painokustannuksia Kuusankosken Paino Ky:stä sekä Kouvolassa sijaitsevasta Kopijyvästä. Tammikuussa 2010 yksi opettajistamme kertoi, että meillä olisi mahdollisuus julkaista opas myös koulumme julkaisutoiminnan kautta. Otimme saman tien yhteyttä informaattikko Pekka Malvelaan Kymenlaakson ammattikorkeakoulun Metsolan toimipisteeseen. Hän on ollut yhteydessä Jyväskylän Kopijyvään ja sopinut oppaamme taitosta ja painosta.

7.2 Oppaan sisällön toteutus

Kuvittajamme Tytti Hermunen teki joulukuussa oppaaseen luonnoskuvia, joiden avulla lopullinen yhteinen näkemys kuvien suhteen syntyi. Hän piirsi kuvat nopeasti valmiiksi. Omalta osaltamme oppaan varsinainen toteutus käynnistyi vasta helmikuun ensimmäisellä viikolla 2010, sillä teoriaosuuden kirjoittaminen vei odotettua kauemmin aikaa. Oppaan kirjoitusasussa olemme toistaneet samoja värejä kuin kuvissa. Olemme huomioineet työssämme visuaalisuuden merkityksen ja pyrkineet luomaan rauhoittavan ja herkän tunnelman.

Oppaamme sisältö muodostui kirjoittamamme teoriaosuuden pohjalta. Valitsimme teoriaosuudesta pääaihealueet, jotka muokkasimme oppaaseen lukijalle helpommin luettavaan ja ymmärrettävään muotoon. Opas on suunnattu nimenomaan kaikille vanhemmille riippumatta siitä, onko heillä tietoa aiheesta tai koulutusta sosiaali- tai terveysalalta. Tärkeänä olemme pitäneet sitä, että teoriasta on poimittu juuri ne pääalueet, jotka vaikuttavat varhaiseen vuorovaikutukseen.

Oppaassa on mielestämme tärkeää herättää lukija pohtimaan, millaiseksi oma vanhemmuus muodostuu, miksi mielikuvat syntyvästä lapsesta ovat merkittäviä ja miten myös kielteiset tunteet vaikuttavat vuorovaikutussuhteen syntymiseen. Vanhemman sensitiivisyydellä eli herkkyydellä vastata vauvan tarpeisiin on suuri merkitys vuorovaikutussuhteessa sekä sen muokkautumisessa. On otettava huomioon myös vauvan oma temperamentti, jolla on oma vaikutuksensa niin vuorovaikutussuhteeseen kuin

vanhemman käyttäytymiseenkin. Keskeistä on myös tutustuttaa lukija kiintymyssuhteeseen ja sen tehtäviin. Vauvan stressikokemuksilla on myös selkeä yhteys siihen, millaiseksi vuorovaikutus syntyy.

Oppaassa olevien kysymysten ja kuvien avulla toivomme vanhemman miettivän käsiteltyjä aiheita ja pohtivan niitä tarkemmin henkilökohtaisesti. Omakohtainen ajattelu ja teoreettisen tiedon peilaaminen omaan elämään auttaa lukijaa aiheen ymmärtämisessä.

7.3 Oppaan arviointi

Oppaan toteutus on mielestämme onnistunut ja tyylikäs. Oppaan kuvissa sekä muussa ulkoasussa, kuten tekstin värissä ja asettelussa, on yhdenmukainen sivu sivulta toistuva teema. Emme ottaneet mukaan humoristisia lausahduksia, sillä ne eivät mielestämme sopineet kuvien ja tekstin tyyliin. Sen sijaan olemme pyrkineet vaikuttamaan lukijan herkkään puoleen valitsemalla kysymykset keinoksi herättää lukijan mielikuvat. Opas on mielestämme helppolukuinen, johdonmukainen ja selkeä. Omasta mielestämme olemme onnistuneet valitsemaan teoriasta huomionarvoiset vauvan ja vanhemman vuorovaikutussuhteeseen vaikuttavat elementit.

Olemme pyytäneet ulkopuolisten kommentteja ja parannusehdotuksia oppaan toteutukseen. Halusimme saada sekä alan ammattilaisten että tavallisten vanhempien mielipiteitä ja ajatuksia, ja olemme ottaneet ne oppaan tekovaiheessa huomioon. Palaute on tullut lastentarhanopettajalta, perheelliseltä isältä ja äidiltä, odottavilta vanhemmilta sekä sosiaali-alan tutkijalta.

Saamamme palautteen mukaan opas on tiivis ja helposti ymmärrettävä tietopaketti, jossa kiintymyssuhde on kirjoitettu helposti ymmärrettävällä tavalla. Kysymykset kappaleiden jälkeen ovat hyvä idea, sillä niiden kohdalla täytyy pysähtyä miettimään luettua tekstiä ja pohtimaan tarkemmin, mitä asiat merkitsevät omassa elämässä. Oppaan ulkoasusta on sanottu, että se on visuaalisesti kaunis ja kuvat, värit sekä teksti sopivat hienosti yhteen.

Yhteistyökumppanimme mielestä opas on hyvä herkkine kuvineen emmekä ole tehneet turhaa työtä. Terveystyöntekijät käyttävät opasta työnsä tukena, mutta ei välttämättä anna opasta kaikille asiakkaille. Osa vanhemmista ei jaksa lukea oppaita vaan heidän

kanssaan on parempi käydä yhdessä asioita läpi. Palautteen mukaan teoriaosuudessa oli muutamia kankeita otsikoita, joita olemme muokanneet selkeämpään muotoon. Teoriaosuus on muilta osin hyvä.

8 POHDINTA

Vauvan ja vanhemman varhainen vuorovaikutussuhde luo pohjan lapsen älyllisen ja tunne-elämän kehitykselle. Samalla rakentuvat niin sosiaalisen kuin moraalisen kasvun perusrakenteet, jotka vaikuttavat lapsen myöhempään kehitykseen ja elämään. Työssämme lastensuojelussa olemme huomanneet seuraukset, joita puutteellinen vuorovaikutussuhde voi aiheuttaa lapselle. Oppaalla pyrimmekin ensisijaisesti vaikuttamaan vanhempiin, jotta he ymmärtäisivät lapsen varhaisten vuosien merkityksen lapsen tulevaisuuden kannalta. Neuvola on mielestämme otollinen paikka oppaan jakamiseen, sillä melkein kaikki vanhemmat ovat neuvolan asiakkaita raskausaikana ja monta vuotta sen jälkeenkin. Opas palvelisi myös monia eri lastensuojelun yksiköitä, perhepuistoja, perheneuvoloita sekä ensi- ja turvakoteja.

Toivomme oppaan herättävän vanhempien ajatuksia varhaisesta vuorovaikutussuhteesta, sillä sen merkitystä emme voi korostaa liikaa. Perusajatuksena meidän työllemme on ollut se, että jos saamme yhdenkin vanhemman havahtumaan ja ymmärtämään, kuinka pienellä teolla on iso merkitys, on opas palvellut tarkoitustaan.

Opinnäytetyöprosessi on ollut kiinnostava ja kiehtova. Tutkittuamme aiheeseen liittyvää kirjallisuutta saimme valtavasti uutta tietoa ja ymmärrystä. Uutta meille oli muun muassa se, että temperamentti ja stressi voivat vaikuttaa ratkaisevasti vauvan kehitykseen, mutta myös vanhemman antaman hoivan laatuun. Sitä mukaan, kun teorian kirjoittaminen eteni, monet tutut aihealueet saivat syvemmän merkityksen ja jo aiemmin kirjoitettu teksti selkeytyi entisestään.

Teoriatieto antaa meille molemmille hyvän tiedollisen pohjan, jota pyrimme vastaisuudessa hyödyntämään työssämme. Opas on myös meille itsellemme hyödyllinen työväline työskennellessämme pienten lasten vanhempien kanssa.

Alun alkaen olimme sitä mieltä, että aihe on niin laaja ja vaativa, että teemme opinnäytetyön parina. Molemmat halusimme tehdä toiminnallisen työn. Ulottuvuutta työhömmme antoi ikäeromme sekä se, että toinen meistä on perheellinen ja toinen suunnit-

telee perheen perustamista. Toimme työhömmе kumpikin omaa näkökulmaamme ja saimme tuoda esille niitä asioita, joita pidimme tärkeinä. Lisäksi ajatusmaailmamme kohtasi ja tuimme toisiamme.

Opinnäytetyön aikana löysimme lisää perusteita sille, miksi työn tekeminen parityökentelynä on mielekäästä. Teoriaosuudesta tuli mielestämme paljon laajempi kuin olimme ajatelleet. Sen kirjoittaminen oli raskasta, aihe oli hyvin laaja ja alun perin kirjoittamamme teksti meni kokonaan uusiksi. Yhteistyömme on kuitenkin ollut saumatonta ja hauskaa. Olemme kannustaneet toinen toistamme tarpeen vaatiessa ja tehneet paljon töitä yhteisen opinnäytetyömme hyväksi. Olemme molemmat tehneet yhteisen opinnäytetyön eteen valtavasti työtä ja jakaneet kirjoittamisen tasapuolisesti. Kootessamme opasta teorian tiedon kirjoittamisen jälkeen olimme etukäteen kumpikin alleviivanneet niitä lauseita, joita pidimme tärkeänä mainita oppaassa. Olimme korostaneet aivan samoja asioita, ja tämä kertoo mielestämme paljon siitä yhteisestä arvomaailmasta, josta käsin olemme opinnäytetyömme kirjoittaneet.

Jatkotutkimuksen aiheena voisi olla, miten meidän tekemä opas on otettu vastaan kyseisessä neuvolassa niin vanhempien kuin neuvolan työntekijöidenkin näkökulmasta. Onko oppaasta ollut apua vanhemmille? Onko opas herättänyt vanhempien mielenkiinnon ja ovatko he oppaan myötä perehtyneet aiheeseen tarkemmin? Onko opas toiminut keskustelun välineenä äitiysneuvolan terveydenhoitajan työssä? Painokustannuksista riippuen olisi hienoa pystyä levittämään opasta laajemmin sekä alueen muihin neuvoloihin että toisenlaisiinkin yksiköihin.

Teoriaosuutta kirjoittaessa työn kehittämisajatuksena nousi vastaavanlaisen oppaan tekeminen toisenlaiseen yksikköön. Esimerkiksi nimenomaan ensi- ja turvakotiin suunnattu opas vauvan ja vanhempien varhaisesta vuorovaikutussuhteesta olisi tähdennetty nimenomaan sinne tuleville perheille. Samasta aiheesta voisi kohdentaa myös omanlaisen oppaan keskosen saaneille vanhemmille, jolloin vuorovaikutussuhde alkaa rakentua hieman erilaiselta pohjalta.

LÄHTEET

- Broberg, A. Almqvist, K & Tjus, T. 2005. Kliininen lapsipsykologia. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Brodén, M. & Kiviranta, M. 2006. Raskausajan mahdollisuudet: kun suhteet syntyvät ja kehittyvät. Therapie-säätiö, Helsinki: Gummerus kirjapaino.
- Cacciatore, R. 2008. Vaaran merkkejä. Teoksessa K. Janhunen & M. Oulasmaa (toim.) Äidin kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto.
- Gerhardt, S. 2007. Rakkaus ratkaisee: varhaisen vuorovaikutuksen merkitys aivojen kehittymiselle. Persona Grata, Helsinki: Edita.
- Hautamäki, A. 2001. Kiintymyssuhdeteoria – teoria yksilön kiin(nit)tymisestä tärkeisiin toisiin ihmisiin, kiintymyssuhteen katkoksista ja merkityksestä kehitykselle. Teoksessa Sinkkonen, J & Kalland, M (toim.) Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Vantaa: WSOY.
- Hirvonen, H. 2002. Isä syntymässä: vauvan odotus, syntymä ja hoito. Helsinki: Tammi.
- Janhunen, K. & Oulasmaa, M. (toim.) 2008. Äidin kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2000. Tunne itsesi, suomalainen. Juva: WS-Bookwell Oy.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2004. Temperamentti – ihmisen yksilöllisyys. Juva: WS-Bookwell Oy.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2008. Temperamentti, stressi ja elämänhallinta. Helsinki: WSOY.
- Kivijärvi, M. 2003. Äidin sensitiivisyys vuorovaikutussuhteessa. Teoksessa Niemelä, P. Siltala, P & Tamminen, T. (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WSOY.

Silvén, M. & Kouvo, A. 2010. Vuorovaikutus, varhainen kiintymyssuhde ja psyykkinen hyvinvointi. Teoksessa Silven, M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet, polku lapsen suotuisaan kehitykseen. Saarijärvi: Minerva Kustannus Oy.

Lyytinen, H., Eklund, K. & Laakso M.-L. 1995. Varhainen kognitio, temperamentti ja vuorovaikutus. Teoksessa H. Lyytinen, K. Korkiakangas & Lyytinen (toim.) 1995. Näkökulmia kehityspsykologiaan. Kehitys kontekstissaan. Porvoo: WSOY.

Mäkelä, J. 2003a. Aivojen varhainen kehitys vuorovaikutussuhteissa. Teoksessa Sinkkonen (toim.) Pesästä lentoon, kirja lapsen kehityksestä vanhemmille. Vantaa: WSOY.

Mäkelä, J. 2003b. Piirteitä aivojen varhaisesta kehityksestä. Teoksessa Niemelä, P. Siltala, P & Tamminen, T. (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WSOY.

Mäkelä, J. 2005. Kosketuksen merkitys lapsen kehityksessä. Suomen lääkärilehti 14/2005, s. 1543 – 1546.

Salo, S. 2006. Kiintymyssuhteen merkitys elämänkaaren aikana. Teoksessa Sinkkonen (toim.) Pesästä lentoon, kirja lapsen kehityksestä kasvattajille. 3. painos. Vantaa: WSOY.

Schmitt, F. 2006. Riittävän hyvä vanhemmuus. Teoksessa Sinkkonen (toim.) Pesästä lentoon, kirja lapsen kehityksestä kasvattajille. 3. painos. Vantaa: WSOY.

Schulman, M. 2003. Vauvahavainnointi – oppia observoimalla. 2.painos. Therapeiasäätiö, Helsinki: Gummerus Kirjapaino Oy.

Sinkkonen, J. 1995. Lapsen kanssa hyvinä ja pahoina päivinä. Juva: WSOY.

Sinkkonen, J. 1998. Yhdessä isän kanssa. Juva: WSOY.

Sinkkonen, J. 2001. Lapsen puolesta. Juva: WS Bookwell Oy.

Sinkkonen, J. 2003. Lapsen kiintymyssuhteen syntyminen ja sen häiriöt. Teoksessa P. Niemelä, P. Siltala & T. Tamminen (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WS Bookwell Oy.

Sinkkonen, J. 2003. Lapsen varhainen isäsuhde. Teoksessa P. Niemelä, P. Siltala & T. Tamminen (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WS Bookwell Oy.

Sinkkonen, M. 2001. Äidiksi lapselleni. 2.painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Tamminen T. 2005. Olipa kerran lapsuus. 2. painos. Juva: WS Bookwell Oy.

Tuovila, Pirjo 2008. Menetykset ja lapsen kehitys. Teoksessa Ketola, Jari (toim.) Menetyksistä mahdollisuuksiin, perhehoitoa lasten ja vanhemmuuden tueksi. Juva: WS Bookwell Oy.

MUUT LÄHTEET

Komsi, N. 2009. Child temperament and parental personality: continuity and transactional change. Helsinki: Helsinki University Printing House. Saatavissa: <https://oa.doria.fi/bitstream/handle/10024/44957/childtem.pdf?sequence=1> [viitattu 16.1.2010].

Marttunen, M. 2005. Riittävän hyvä vanhemmuus. Kansanterveyslehti 9/2005. Saatavissa: http://www.ktl.fi/portal/suomi/julkaisut/kansanterveyslehti/lehdet_2005/9_2005/riittavan_hyva_vanhemmuus [viitattu 6.12.2009].

Parker, R. 1997. The production and purposes of maternal ambivalence. Teoksessa W. Hollway & B. Featherstone (toim.) Mothering and Ambivalence. London: Routledge. Saatavissa: <http://xhalax-ng.kyamk.fi:2082/lib/kyam/docDetail.action?docID=5003743> [viitattu 1.12.2009].

Pesonen A.-K. 2004. Infant Temperament in Context: Premises of Parental Perceptions. Helsinki: Edita. Saatavissa:

<https://oa.doria.fi/dspace/bitstream/10024/3715/1/infantte.pdf>[viitattu 16.1.2010].